

Mioara Dragostin

GHID PRACTIC DE VESTIMENTAȚIE PENTRU PROFESIONIȘTI

POLIROM



POLIROM

Mioara Dragostin

Ghid practic de
VESTIMENTAȚIE
pentru
PROFESIONIȘTI

agenți de vânzări • manageri • oameni de afaceri



Ce mesaj transmiteți înainte chiar de a rosti vreun cuvânt? V-ați gândit că, dacă arătați neîngrijit sau sunteți îmbrăcat nepotrivit, acest lucru va avea un impact negativ asupra persoanelor cu care intrați în contact? Vă permiteți să faceți o primă impresie proastă? Nu, nu și în cazul în care considerați că succesul dumneavoastră sau obținerea slujbei pe care o doriți depinde adesea de modul cum vă percep alții. Pentru a avansa în carieră, trebuie să acordați atenție imaginii dumneavoastră la serviciu, iar vestimentația este una dintre componentele sale cele mai importante. Cartea de față este un ghid complet pentru cei care doresc să-și creeze și să-și mențină o imagine profesionistă.

De ce vă folosește un stil vestimentar propriu • În ce situații este necesară adoptarea unei ținute profesioniste • Lungul drum al hainelor către vestimentație. De la necesitate la simbol • Vestimentația pentru profesioniști – povară sau aliat? • Avantajul primei impresii • Secretul învingătorilor • Secretul unicității dumneavoastră vestimentare • Reguli de asortare a culorilor

Mioara Dragostin (n. 20 septembrie 1969) a urmat cursurile Facultății de Textile din cadrul Universității Tehnice Iași. A lucrat ca inginer textilist cu diferite atribuții (producție, planificare, programarea producției, aprovizionare) pentru variate firme de confecții. Din 2001 până în prezent a desfășurat diverse activități (de la propunerea unei colecții vestimentare până la realizarea și prezentarea ei pe Internet) în colaborare cu o firmă de producție de tricotate manuale.

Schițe: fashion designer Elena Băjenaru

© 2005 by Editura POLIROM

www.polirom.ro

Editura POLIROM

Iași, B-dul Carol I nr. 4, P.O. BOX 266, 700506

București, B-dul I.C. Brătianu nr. 6, et. 7, ap. 33, O.P. 37 ;

P.O. BOX 1-728, 030174

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României :

DRAGOSTIN, MIOARA

Ghid practic de vestimentație pentru profesioniști : agenți de vânzări, manageri, oameni de afaceri / Mioara Dragostin. –
Iași : Polirom, 2005

ISBN : 973-46-0046-X

687.1

Printed in ROMANIA

Mioara Dragostin

Ghid practic de VESTIMENTAȚIE pentru PROFESIONIȘTI

agenți de vânzări • manageri • oameni de afaceri

POLIROM

2005

Cuprins

| | |
|---|----|
| Avertisment | 9 |
| De ce vă folosește un stil vestimentar propriu | 11 |
| <i>Diagnostic</i> | 11 |
| <i>Trei motive ca să descoperiți regulile vestimentare pentru profesioniști</i> | 15 |
| În ce situații este necesară adoptarea unei ținute profesioniste | 19 |
| Lungul drum al hainelor către vestimentație. De la necesitate la simbol | 21 |
| <i>Simbolistica hainelor</i> | 24 |
| Vestimentația pentru profesioniști – povară sau aliat? | 29 |
| Armonia celor trei | 31 |
| Un adevăr pe care nu-l putem ocoli | 35 |
| Avantajul primei impresii | 37 |
| Secretul învingătorilor | 45 |

| | |
|--|-----|
| Construiți-vă imaginea vestimentară folosind metoda Excelsior VP | 47 |
| <i>Principii vestimentare pentru profesioniști</i> | 51 |
| Ținuta profesionistă pentru bărbați | 57 |
| <i>Excelsior VP pentru o ținută perfectă</i> | 57 |
| <i>Costumul pentru profesioniști</i> | 60 |
| <i>Cămașa</i> | 86 |
| <i>Pantofii</i> | 97 |
| <i>Șosetele</i> | 100 |
| <i>Paltonul</i> | 101 |
| <i>Pălăria</i> | 103 |
| <i>Accesorii ale ținutei profesioniste</i> | 105 |
| <i>Cum se poartă ?</i> | 110 |
| <i>Cum să faceți față cu grație unei mese de afaceri</i> | 111 |
| Vestimentația profesionistă pentru femei | 121 |
| <i>Exclusiv pentru femei</i> | 129 |
| <i>Costumul</i> | 130 |
| <i>Bluza</i> | 145 |
| <i>Pantofii</i> | 155 |
| <i>Ciorapii</i> | 158 |
| <i>Paltonul</i> | 159 |
| <i>Pălăria</i> | 160 |
| <i>Accesoriile</i> | 163 |
| <i>Se potrivește conformației mele ?</i> | 167 |

| | |
|---|-----|
| <i>Ați acceptat invitația la o petrecere ?</i> | 173 |
| <i>Proba</i> | 178 |
| Bonus : secretul unicității dumneavoastră vestimentare | 185 |
| Bibliografie | 189 |
| <i>Anexă : Reguli de asortare a culorilor</i> | 193 |

Avertisment

Atenție ! Aceasta nu este o carte despre modă. Nu este o carte despre design vestimentar. Nu conține trucuri vestimentare care să vă ajute să vă cuceriți partenerii.

Cartea este destinată exclusiv celor care își construiesc azi conturile bancare de mâine prin profesionalismul aplicat în fiecare zi.

Metoda vestimentară Excelsior VP este eficientă doar în situațiile profesionale. Folosită în alte împrejurări, această metodă nu dă rezultate !

De ce vă folosește un stil vestimentar propriu

Diagnostic

Dacă sunteți un profesionist care dorește să avanseze, să aibă o carieră în permanentă ascensiune, atunci scrieți în caseta de mai jos răspunsul dumneavoastră la întrebare :

Cum vă vedeți peste un an ?

(Să vă ajut : unde lucrați, cum arătați, cu cine sunteți, câți bani câștigați, ce mașină conduceți, cum vă petreceți timpul liber, cât de sănătos sunteți ? ...)

Lăsați creionul jos acum și spuneți-mi : peste un an sunteți :

- a) într-o situație mai bună decât cea în care vă aflați acum sau
- b) vă vedeți în aceeași situație sau chiar în una mai rea decât cea prezentă ?

Dacă răspunsul dumneavoastră este b), *am o veste bună* : nu aveți nimic de făcut în această situație ! Este de ajuns să vă vedeți liniștit de rutina treburilor zilnice, să nu citiți nimic în plus, să nu faceți nici o specializare profesională, să nu aveți nici o grijă pentru ceea ce gândiți, cu cine vă petreceți timpul, să nu vă puneți nici o întrebare asupra stilului dumneavoastră de viață.

Ceea ce aveți acum veți avea întotdeauna – sau chiar mai puțin – atunci când alegeți acest răspuns. Este suficient să nu faceți nimic ca să rămâneți în urma celorlalți (sau pe loc).

Dacă ați ales varianta b), v-ați înscris singur în categoria pe care o denumesc „victimă pasivă”.

Cum arată victima pasivă ?

Să vedem... Printre altele :

- lasă lucrurile la voia întâmplării, iar cuvântul *noroc* face parte din vocabularul său uzual ;
- consideră adesea că mediul înconjurător îi este ostil ;

- nu își face planuri de viitor și nu știe care sunt lucrurile cu adevărat importante pentru sine ;
- are obiceiul să amâne până în ultima secundă ;
- lasă problemele să se acumuleze, sperând că se vor rezolva ele cumva – la urma urmei, „timpul le rezolvă pe toate”, nu-i așa ?
- în situații stresante reacționează impulsiv, iar mai târziu regretă izbucnirea ;
- în general, nu are prea multă grijă de sine : de sănătate, de dietă, de modul cum arată, se îmbracă, se comportă ;
- nu îi place să ceară ajutor, încearcă să rezolve totul singură ;
- se angajează adesea în lucruri care o depășesc pentru că nu știe să spună „nu”.

Vă recunoașteți în vreun fel în portretul victimei pasive ?

Dacă însă ați ales răspunsul a), atunci am *o veste și mai bună* pentru dumneavoastră !

Metoda vestimentară Excelsior MV – pe care o veți cunoaște în continuare – este primul instrument aflat la dispoziția dumneavoastră acum – o metodă ce vă poate ajuta *în fiecare minut* să mai faceți un pas către „locul” în care vă vedeți peste un an !

Dacă ați ales răspunsul a), vă anunț ca sunteți pe cale să deveniți (asta în cazul în care nu sunteți deja) „managerul activ al propriei vieți”.

Aceasta înseamnă :

- să vă canalizați energia spre lucruri realizabile ;
- să vă planificați și să așteptați cu încredere viitorul ;
- să fiți mereu dispus să faceți față întâmplărilor neprevăzute și să nu fiți pus niciodată în fața unei situații aparent fără ieșire (nu trebuie să aveți în vocabular expresii genul : „Asta-i soarta...” sau „fatalitate”... sau „nenoroc”) ;
- să vedeți realist atât obstacolele, cât și ocaziile favorabile din jurul dumneavoastră ;
- să aveți grijă de corpul și de spiritul dumneavoastră ;
- să știți să cereți ajutorul celorlalți atunci când este cazul ;
- să vă folosiți timpul concentrându-vă asupra chestiunilor cu adevărat **importante pentru dumneavoastră**.

Pentru că acum știți cu exactitate unde sunteți și unde vreți să fiți, parcurgeți în continuare metoda pe care vă propun s-o urmați ca să faceți saltul de la prezent în viitor.

Trei motive ca să descoperiți regulile vestimentare pentru profesioniști

Metoda vestimentară Excelsior VP este un sistem de stabilire a ținutei vestimentare destinat profesioniștilor având la bază ideea de „cel mai bun”.

Cine sunt profesioniștii ?

Profesioniști îi denumesc pe toți cei care vin în contact cu clienți – potențiali sau reali : oameni de afaceri – indiferent de domeniul afacerii –, avocați, notari, agenți de vânzări în orice domeniu – de la produsele de larg consum individuale sau industriale până la cele bancare și financiare –, funcționari în orice fel de firmă, în orice formă de proprietate.

De ce ne preocupăm aici exclusiv de vestimentația pentru profesioniști ?

În primul rând, datorită influenței pe care aceasta o are asupra contului de venituri.

Nimeni nu va obține niciodată succesul financiar îmbrăcat în zdrențe.

Răsfoind odată un studiu făcut de OMS asupra persoanelor defavorizate (eu le-aș numi autodefavorizate), m-au uimit termenii folosiți în definiția dată alcoolicii :

„...alcoolicul cronic are o ținută vestimentară neglijentă și un aspect general de om suferind”...

Vedeți cât de departe poate merge identificarea dintre situația individului și vestimentație ?

În ceea ce privește vestimentația pentru profesioniști, obișnuiți-vă să priviți banii necesari pentru cumpărături ca pe o investiție. Știți bine că investițiile – spre deosebire de cheltuieli – aduc profit. În cazul nostru, vorbim despre un profit de imagine.

Și cât de importantă este imaginea !

În al doilea rând, vestimentația profesioniștilor este conservatoare. Regulile ei sunt clare. Ca să le stăpâniți, aveți nevoie doar de îndrumare și atenție.

Ce se întâmplă imediat ce descoperiți și folosiți aceste reguli ?

- Vă eliberați de orice îngrijorare referitoare la corectitudinea vestimentației dumneavoastră.
- Sunteți convins că hainele vă reprezintă și vă ajută în realizarea scopurilor dumneavoastră.
- Această convingere vă face să căpătați siguranță de sine.

Scopul declarat al acestei cărți este să explice *de ce* regulile funcționează într-un anumit fel. Știind „de ce”, în orice situație v-ați afla, veți putea alege fără teama de

a greși. Știind „de ce”, veți putea întotdeauna să aflați metode noi de „cum”. Știind „de ce”, puteți găsi soluții noi, personale în abordarea diferitelor situații.

În al treilea rând, știți că nu este de ajuns să îmbrăcați un costum la întâmplare ca să aveți instantaneu clasă. Foarte importante sunt ansamblul, unitatea, echilibrul, atenția pentru detalii. Doar cunoscând regulile „întregului” veți căpăta libertatea „detaliilor”.

Această carte a fost scrisă ca să *aplicați* în viața de zi cu zi principiile descrise. De aceea, vă sfătuiesc *acum*, în acest moment, să *luați o decizie*: continuați lectura numai dacă aveți de gând să aplicați aceste principii vestimentare. Dacă nu v-ați hotărât, dați-i cartea altcuiva care are – într-adevăr – nevoie. Nu vă pierdeți niciodată timpul prețios cu lucruri de care sunteți convins că nu vă folosesc.

În ce situații este necesară adoptarea unei ținute profesioniste

Înainte de a vorbi despre felul cum se construiește vestimentația profesionistului, să vedem care situații cer această vestimentație. Cele 24 de ore ale unei zile sunt repartizate – adesea fără un echilibru stabil – între viața publică și cea privată. Uneori ni se pare dificil să separăm clar publicul de privat. Ca să delimităm publicul de privat, ținem cont de felul relațiilor pe care le avem. Astfel, dacă suntem angajați într-o relație de tipul angajat-angajator, student-profesor, vânzător(sau prestator al unui serviciu)-client, atunci acea relație este una a spațiului public. Numim în continuare vestimentația destinată spațiului public vestimentație pentru profesioniști. Țin să subliniez în mod deosebit că vestimentația pentru profesioniști, atât cea masculină, cât și cea feminină, respectă aceleași principii. Principiile nu se diferențiază în funcție de sex. Iar aceste principii le vom afla în continuare.

Lungul drum al hainelor catre vestimentație. De la necesitate la simbol

V-ați gândit vreodată că omul, ca specie, este predestinat să se îmbrace? Suntem singura specie care nu are asigurat un sistem de protecție termică pentru perioade îndelungate. Fără blană, pene, solzi sau o piele groasă, omul este fragil în fața stihii naturii. În negura istoriei, procurarea hainelor era, cu siguranță, la fel de vitală ca și procurarea hranei. Cum s-a depășit această fază de necesitate biologică? Probabil atunci când în tribul din câmpie au apărut primii vânători înfășurați în blană de urs. Noutatea înfățișării a fost însoțită de povestea dobândirii ei: lupta bărbatului cu fiara. Cu siguranță că în acele vremuri o astfel de victorie nu era o regulă. Iar pentru reușita sa – dovedită fără dubiu –, vânătorul obținea și respectul grupului. Pare ușor de făcut – nu-i așa? – asocierea între succesul vânătorului și noua înfățișare dobândită.

Poate că așa au devenit hainele simboluri ale faptelor. E doar un joc de imaginație.

Poate că astfel hainele au început să însemne mai mult decât protecție. Atunci hainele au devenit vestimentație.

Prin încărcătura ei de simbol, vestimentația vorbește despre noi înainte să scoatem vreun cuvânt. Ținuta afișată arată imaginea de sine a fiecăruia.

Înainte de a ne rosti numele, spunem cum ne vedem noi înșine. Iar ceilalți pornesc discuția cu noi de la acest nivel pe care l-am stabilit noi.

Vă amintiți de câte ori vi s-a repetat că la întrebarea „Ce mai faci?” trebuie să răspundeți întotdeauna cu „(Foarte) bine, mulțumesc!”? Vă amintiți și care era explicația? Simplu: oricui îi face plăcere să stea de vorbă cu o persoană în formă, care se simte bine. (Bineînțeles că, dacă întrebarea vine de la medicul dumneavoastră, vă recomand să spuneți adevărul adevărat!)

Prin ținuta pe care o alegeți, vă recomandați singur celorlalți ca fiind un profesionist de succes... sau nu. Să nu îi învinuiți pe ceilalți că nu au știut să vadă ceea ce nici dumneavoastră nu știți să arătați.

Sunteți valoros? Arătați-o!

Sunteți serios, hotărât să mergeți pe drumul spre succes? Arătați-o!

Aveți o atitudine de învingător? Arătați-o!

În România secolului XXI, profesia este mult mai mult decât un „loc” în care vă petreceți timpul și vă

întâlniți cu prietenii. Prin profesie vă asigurați existența. Dar, dacă priviți profesia doar ca sursă de trai, vă lipsiți de lucrul cel mai frumos care vi se poate întâmpla: de evoluția personală. Atunci când priviți profesia pe care v-ați ales-o ca sursă de trai și vocație, vă aflați pe drumul adevăratei împliniri personale. Când puneți pasiune în ceea ce faceți, atunci obțineți rezultatele pe care le visați. Dacă nu vă place ce faceți, reorientați-vă. Aflați care vă este pasiunea și câștigați-vă traiul din ceea ce vă place cu adevărat să faceți. Aceasta este singura cale pentru realizarea personală. Prin profesia pe care o avem la un moment dat, spunem lumii: „Iată ce-mi place mie să fac, de dimineață până seara”. În același timp, profesia noastră este declarația de avere cea mai frustă: nu pot fi milionar în dolari dacă sunt un profesor la țară; nu pot spune că nu îmi ajung banii de chirie dacă sunt director de vânzări la o firmă națională. Profesia noastră este ceea ce ne caracterizează, ne exprimă, ne reprezintă – atenție! – *la un moment dat*. Spun „la un moment dat” pentru că, în funcție de nivelul nostru de dezvoltare, putem alege în orice moment să facem altceva. Sau altfel.

Suntem *nemulțumiți* de ceea ce facem? Putem să ne *schimbăm activitatea*.

Ne place ce facem, dar *nu ne mulțumesc rezultatele*? Putem schimba și *felul* în care ne desfășurăm activitatea.

Întâlnesc adesea oameni care se plâng că nu le place ceea ce fac. Sunt triști. Sunt deprimați. N-au nici o speranță pentru ziua de mâine. Trăiesc în rutină pentru rutină.

Ei bine, dacă nu vă place ceea ce faceți sau cum faceți, schimbați *acum* acest lucru : hotărâți-vă dacă vreți schimbarea și, apoi, la treabă !

Profesia dumneavoastră este, de fapt, viața dumneavoastră. Lucrurile despre care vom vorbi în continuare au scopul de a vă ajuta să faceți primul pas al schimbării.

Simbolistica hainelor

Hainele care s-au transformat în vestimentație au trăsăturile unui simbol.

Ce este simbolul? Conform *DEX*, „semn, obiect, imagine care reprezintă indirect un obiect, o ființă, o noțiune, o idee, o însușire, un sentiment”.

Expunerea individului în apropierea unui simbol duce la transferul semnificației simbolului asupra individului, acest lucru fiind echivalent cu asumarea personală a semnificației.

Astfel, atunci când adoptăm o anumită ținută în profesia noastră, facem o declarație. În cazul în care ceea ce arătăm lumii concordă cu ceea ce simțim noi în sinea noastră, aceasta este adevărata provocare a secolului

nostru. Comunicarea către exterior a imaginii din interior și stabilirea unor punți de înțelegere – acestea sunt cele două lucruri pe care secolul XXI ne invită să le experimentăm.

De-a lungul istoriei, oamenii s-au folosit de haine ca să își arate apartenența la un grup etnic sau rangul, poziția socială în cadrul grupului ; prin haine și-au manifestat spiritul – revoluționar sau conservator –, și-au exprimat propria concepție despre frumos. De-a lungul istoriei, vestimentația a avut încărcături de simbol. În vârtejul trepidant al vieții secolului XXI uităm adesea de mesajul pe care îl transmite vestimentația celor din jur : puterea de care dispunem, grupul profesional căruia îi aparținem, cât de mult ne stimăm pe noi înșine, ce speranțe avem pentru viitorul nostru, ce educație am dobândit.

Împărțirea în clase sociale a dispărut demult. Suntem toți egali în fața legii, iar șansele ne sunt, potențial, egale. În societatea modernă, ni se cere o carte de identitate ca să arătăm „cine” suntem. Credeți că este de ajuns ? Nu vi se pare că un cod numeric și o adresă nu spun cine suntem ? Credeți sau nu, hainele spun despre noi mai mult decât ar putea să o facă trei pagini dense de curriculum vitae. Hainele sunt cele ce fac declarații despre noi. Stilul vestimentar al fiecăruia este manifestarea exterioară a personalității sale. Iar personalitatea este melanjul unic rezultat din întrepătrunderea temperamentului

natural al individului respectiv, instrucției, educației, mediului în care s-a format, valorilor personale dobândite.

Dar să nu înțelegeți că vorbesc despre haine ca fiind obiecte separate, obținute contra unei sume de bani dintr-un magazin. Vorbesc despre ansamblul format de personalitatea purtătorului și haine, despre chimia specială pe care personalitatea o realizează cu hainele.

Știți ce vreau să spun... Vi s-a întâmplat să vedeți că aceeași haină arată altfel purtată de două persoane diferite?

Ceea ce pe o persoană pare banal celeilalte îi subliniază remarcabil o anumită trăsătură. Hainele identifică fără să mintă. Hainele acoperă și descoperă în același timp. *Acoperă trupul și descoperă omul interior.*

Recunoaștem scopul primordial al hainelor : protecția. Dar nu ne limităm la aceasta. În nici un caz în zilele noastre, în era aerului condiționat – fie că suntem acasă, la birou sau în mijloacele de transport. Mai importantă este altă funcție a hainelor : aceea de simbol. Simbol al puterii, al poziției sociale, al apartenenței culturale, al nivelului de educație, al aspirațiilor personale.

Vechile împărțiri în clase sociale, între care nu exista comunicare decât prin violența spadei, sunt istorie. Astăzi diferențele se exprimă prin stil. Stil de viață, stil de gândire, stil vestimentar.

Stilul este expresia exterioară a personalității. Iar dacă personalitatea, așa cum am definit-o mai înainte, este un rezultat unic al atâtor influențe și interferențe

înseamnă că și stilul vestimentar al unei persoane este unic.

Personalitatea nu este un dat, ci un rezultat. Un rezultat al eforturilor noastre zilnice de a îmblânzi, supune și controla incontrollabilul din noi. Personalitatea pe care o manifestăm este oglinda „nevoințelor” noastre, a eforturilor noastre conștiente de fiecare zi. Putem modifica imaginea doar dacă acționăm mai întâi asupra noastră înșine. Orice încercare de a modifica reprezentarea exterioară fără a face efortul interior înseamnă fals. Iar acest fals este cel mai vorbăreț dușman al nostru.

Vestimentația pentru profesioniști – povară sau aliat?

Priviți în jurul dumneavoastră. Și răspundeți-mi: cât de des ne limităm doar la aspectul de „confortabil” al hainelor? Cred că mai des decât este necesar.

Cât de des considerăm vestimentația doar ca pe un rău necesar? Ce ne trebuie ca să înțelegem că vestimentația poate fi cel mai bun aliat al nostru? Vă pot spune că prietenii ne pot trăda, dar vestimentația înțelept aleasă – niciodată. Vestimentația profesionistă are o dublă însemnătate: este atât un semn al imaginii interioare, cât și un catalizator de autodezvoltare personală. O haină bine aleasă vă poate da un plus de încredere în dumneavoastră atunci când vă aflați într-o situație importantă.

Un ansamblu vestimentar impecabil vă ajută să vă depășiți ezitățile de început și de începător. Vă dă siguranță.

Vestimentația bine aleasă reprezintă un motiv în minus de îngrijorare în orice situație profesională. Vestimentația

corect aleasă vă deschide uși, pe care neștiința în acest domeniu le poate închide instantaneu.

Ceea ce își propune această carte este să vă învețe să controlați mesajul pe care îl transmiteți prin intermediul vestimentației.

Noi, oamenii, căutăm și avem nevoie de înțelegerea celorlalți.

Ne descoperim pe noi înșine și prin răspunsul pe care îl primim de la ceilalți. Comunicarea este foarte importantă – fie ea nonverbală sau verbală.

Comunicarea este singura punte dintre oameni. Și, la fel ca o punte, ea poate lega sau despărți. Actul comunicării este o chestiune delicată : avem un emițător și un receptor al mesajului. Iar între cei doi circulă un mesaj codat – fie că sunt cuvinte, fie că sunt gesturi. Înțelegerea între cei doi apare numai dacă ambii parteneri ai comunicării pot folosi eficient „codul”, dacă pentru amândoi codul înseamnă același lucru. Simbolurile sunt coduri, iar faptul că vestimentația are încărcătură de simbol face din aceasta un canal de comunicare.

Vestimentația profesioniștilor are regulile ei. Iată povara !

Cunoscându-le, veți putea controla mai eficient mesajul pe care îl transmiteți. Iată aliatul !

Armonia celor trei

Când eram copii, auzeam mereu că „nu e frumos ce e frumos, ci e frumos ce-mi place mie”. Așa ni se justifică imposibilitatea de a da reguli în judecarea frumosului.

În vestimentație, tocmai acest „îmi place mie” este izvorul regulilor.

Plăcerea generează o emoție, un sentiment pozitiv. Știți că vă place sau vă displace ceva în funcție de emoția pe care o aveți în fața lucrului sau a situației respective.

Argumentele raționale – de genul „croiala are o linie ascendentă care subliniază....” – nu fac altceva decât să explice în cuvinte *emoția* pe care ați simțit-o. Impactul pe care ținuta îl are asupra privitorului ține exclusiv de emoția resimțită de acesta la vederea ansamblului format din „Persoană-Vestimentație-Împrejurare” (P.V.I).

Rezultatul? Un ansamblu perceput ca armonios face ca oamenii să fie comunicativi.

De ce? Armonia înseamnă frumusețe. Iar comunicarea este reacția instinctivă în fața frumuseții.

Toți dorim să fim în preajma frumuseții. Toți dorim să comunicăm cu frumusețea.

Dacă în „ansamblul celor trei” – Persoană-Vestimentație-Împrejurare – apare o singură disonanță, emoția simțită de privitori este negativă :

- dacă hainele nu „vin” bine, vor spune : „Vai, ce nepriceput ! ” ;
- dacă nu se potrivesc cu împrejurarea, se vor considera ofensați.

În final, vor evita să vă fie parteneri de dialog. Cu atât mai puțin vor dori să stabilească o relație de afaceri.

Îmbrăcămintea pe care alegem să o purtăm transmite un mesaj pe care cei din jur îl recepționează și la care *reacționează*. *Nu există lipsă de reacție*. Prin urmare, partenerul va avea un sentiment de plăcere sau de neplăcere, ca reacție la ansamblul pe care i l-am prezentat în fața ochilor. Această reacție vine din subconștient, și nu din zona raționalului.

Daniel Goleman explică acest lucru astfel :

„Alte cercetări au arătat că în primele miimi de secundă din momentul în care percepem ceva nu numai că înțelegem inconștient despre ce este vorba, ci și hotărâm și dacă ne place sau nu ; inconștientul

cognitiv participă nu numai la conștientizarea identității a ceea ce vedem, ci și la opinia despre acel lucru. Emoțiile noastre au o minte proprie, una care susține puncte de vedere independent de mintea noastră rațională”.

Nimeni nu poate controla reacția semenilor. Ceea ce putem face însă este să încercăm să controlăm mesajul nostru.

În final, la aceasta se rezumă mesajul vestimentației noastre : la reacția declanșată în partenerul nostru.

Când cunoaștem „regulile” declanșării reacțiilor, ne putem crea imaginea în deplină concordanță cu ceea ce dorim să transmitem, în concordanță cu reacția pe care o dorim de la partenerul nostru de dialog.

Hainele sunt parte a comunicării nonverbale. Hainele le transmit celorlalți imaginea pe care o avem față de noi înșine. Hainele pe care hotărâm să le purtăm într-o împrejurare, alături de gesturile noastre, transmit atitudinea noastră față de situația respectivă. În mediul profesional mai mult decât oriunde.

Cunoștințele tale nu reprezintă nimic când nimeni altcineva nu știe că știi.

În 1895, Vilfredo Pareto, un economist italian, scrie pentru prima oară despre acest principiu cunoscut și sub numele de „regula 80/20”. El a observat că 80% din

banii unei societăți se aflau în posesia a 20% din membrii societății. Parafrazând acest principiu, pot spune că *20% din succesul nostru se datorează cunoștințelor noastre profesionale, iar 80% din succes depinde de felul cum știm să le comunicăm celorlalți aceste cunoștințe pe care le deținem.*

Scire tuum nihil est, nisi te scire hoc sciat alter.

Your knowledge is nothing when no one else knows that you know it.

În momentul în care sunteți convins că 80% din succesul dumneavoastră depinde de iscusința de a vă conecta cu ceilalți și doar 20% ține de cunoștințele strict profesionale, atunci începeți să căutați calea comunicării cu „exteriorul”.

Din acest moment, începe adevărata dumneavoastră ascensiune. Acele copleșitoare 80 de procente care influențează rezultatele dumneavoastră pot fi dobândite învățând regulile comunicării. Comunicarea vestimentară este doar o parte. Esențială.

În adevăr pe care nu-l putem ocoli

În continuare, vă voi enunța un adevăr care este adesea trecut cu vederea. Societatea noastră românească încă poartă în sufletul său colectiv urmele cenzurii și al „nu”-ului pronunțat întotdeauna înaintea lui „da”. Reacția? Convingerea că toate regulile trebuie neglijate. Impresia că haosul înseamnă libertate.

Facem „ce vrem” și adesea uităm importanța lui „a face ce trebuie”.

Dar adevărul pe care vi-l voi spune îi penalizează atât de dur pe cei ce-l neglijează, încât mă simt obligată – și onorată – să vi-l reamintesc.

Pentru lumea conservatoare a vestimentației pentru profesioniști, „respectarea regulii este cauza succesului”. Cuvântul *cauză* aici trebuie înțeles ca în formula „cauză-efect”. Pentru cei din mediul profesioniștilor, acest tip de disciplină nu este nimic nou. Disciplina planificării, a urmăririi atente a scopurilor, a stabilirii,

urmăririi și ajustării tacticilor este ceea ce face o afacere să progreseze. Poate nou este contextul în care folosim ideea de disciplină.

Știința de a ne îmbrăca înseamnă, de fapt, știința de a ne conecta cu ceilalți. Iar cea mai simplă cale de a obține o conexiune este un secret vechi când lumea.

Dacă vreți să fiți salutat, salutați dumneavoastră primul.

Dacă vreți să vi se zâmbească, zâmbiți dumneavoastră primul.

Dacă vreți să fiți acceptat de un anumit mediu, conformați-vă regulilor lui mai întâi.

Avantajul primei impresii

Dacă vreți să aflați :

- de ce prima impresie contează ;
- cum se formează prima impresie ;
- cum să vă creați premisele obținerii unei prime impresii favorabile dumneavoastră

...citiți mai departe.

Vă amintiți cum părinții noștri ne spuneau că „prima impresie contează” ? Mie mi s-a părut nedrept ca o persoană să mă țină minte doar după prima impresie. „...Dacă fac o gafă... este normal să fiu judecată doar prin prisma câtorva momente ? ” Dacă sunteți ca mine, probabil că și dumneavoastră încercați un oarecare sentiment de disconfort atunci când faceți o nouă cunoștință. De teamă că veți gafa, ajungeți să vă comportați rigid, fără naturalețe. Imediat ce se termină întâlnirea, vine și sentimentul de ușurare : „Uf, bine că s-a terminat”. Toate acestea numai pentru că ne temem să nu dezamăgim, ne

temem că „prima impresie contează” – dar numai în sens negativ. În mintea noastră există doar un gând : „Dacă nu mă comport cum trebuie... dacă nu mă place...”. Teamă de a nu dezamăgi ne lipsește de plăcerea de face o cunoștință nouă, relaxați, joviali, gata de comunicare cu cel din fața noastră.

Este timpul să ne regândim modul de abordare : prima impresie contează și în sens pozitiv !

Când facem o cunoștință nouă, nu *avem decât de câștigat* : un coleg, un partener de afaceri, pur și simplu o nouă relație.

Cunoscând „mecanismele” care stau la baza formării unei impresii, dobândim controlul asupra formării primei impresii.

Prin cartea de față, va propun să începeți să priviți lucrurile așa cum vă folosesc cel mai bine, adică în sens pozitiv.

Aflați regulile stabilirii unei relații armonioase și veți căpăta încredere în dumneavoastră ! Când sunteți sigur că nu puteți gafa, atunci vă comportați relaxat, sigur pe sine, vă concentrați atenția asupra celui din fața dumneavoastră, și nu asupra propriilor gânduri care vă chinuiesc.

Încrederea în sine este unul dintre cele opt lucruri care se transmit în primele 90 de secunde.

Dacă nu ai încredere în tine, ești înfrânt de două ori în cursa vieții. Cu încredere, ai câștigat-o încă înainte de a o începe. (Marcus Garvey)

De ce mă interesează atât de mult să discutăm despre prima impresie ?

Cunoașterea felului în care se formează o primă impresie este necesară acum mai mult decât oricând. În urmă cu o sută de ani, poate că oamenii nu stabileau mai mult de câteva contacte noi de afaceri într-o lună. Societatea profesioniștilor era destul de restrânsă, oamenii *se cunoșteau* între ei. Aveau o istorie comună. Știau în cine au încredere și în cine nu. Bunul (re)nume preceda persoana. Cuvântul de onoare și o strângere de mână țineau loc de contracte. Singurul scop al tatonărilor era acela de a se asigura că profitul preconizat va fi obținut. Riscurile afacerii țineau de situația pieței, nu de caracterul partenerului de afaceri.

Ritmul vieții moderne a dus și la modificări în abordarea relațiilor de afaceri. Timpul acordat cunoașterii personale a unui nou partener este foarte redus. De obicei, se rezumă la prima impresie. Uneori se mai adaugă și câteva mese de afaceri.

După numai 100 de ani, ritmul tacticos al afacerilor a fost înlocuit de viteza adusă de tehnologie : avioane în loc de trăsură, e-mailuri în loc de scrisori, ca să nu mai vorbim de telefon. Deși ritmul de realizare a contactelor s-a mărit, ritmul de câștigare a încrederii celuilalt este același ca acum 100 de ani. Aici nu s-a schimbat nimic. Oamenii au nevoie de aceeași perioadă de timp ca să își

sedimenteze impresiile și să poată spune în sinea lor : „Da, am curajul de a face afaceri cu el, chiar și fără un contract scris între noi” (recunosc că sună puțin exagerat, dar folosește scopului...).

Majoritatea acestor impresii se formează la nivel subconștient și rezultatul lor este un sentiment – de acceptare sau de respingere a persoanei respective. Relația viitoare de afaceri depinde de aceste impresii.

Vă invit la un exercițiu de fantezie.

Imaginați-vă că sunteți pe stradă... Pe lângă dumneavoastră trec în grabă zeci de oameni.

Știu că nu aveți timp de obicei, dar acum puteți să vă relaxați și să le acordați puțină atenție. ...Tânărului care tocmai a trecut pe lângă dumneavoastră... Domnului grizonant care merge înaintea dumneavoastră... Doamnei care vă depășește încercând să prindă „verdele”... Tinerei care îi face un semn cuiva de peste drum.

Îi priviți cu ochii minții și știți într-o secundă dacă aveți ceva în comun cu acele persoane. Pur și simplu.

Studiile au arătat că relațiile *stabile* de afaceri se bazează pe serviciile livrate de furnizor către beneficiar în funcție de :

- livrarea exactă a produsului așteptat ;
- rezolvarea rapidă a problemelor apărute ;
- stabilitatea și reputația furnizorului ;
- existența unor persoane de legătură profesioniste.

Foarte puțini oameni de afaceri bazează existența unei relații stabile doar pe prețul serviciului/produsului furnizat. Iar în lumea afacerilor, fiecare client nou pe care îl dobândiți înseamnă un client „sustras” – ca să nu spun furat – din sfera de influență a concurenței. Cu alte cuvinte, clientul trebuie să aibă un motiv serios să vă aleagă pe dumneavoastră în defavoarea altora, un *alt motiv în afară de preț*.

Acum sunt sigură că v-ați convins : *succesul dumneavoastră financiar este determinat de calitatea relațiilor pe care le stabiliți*.

*

Gândiți-vă puțin... Dacă vă aflați într-o situație/poziție în care puteți alege, veți refuza o întâlnire sau o afacere cu o persoană ce nu vă place sau nu vă inspiră încredere. Dar, dacă vă simțiți în largul vostru în prezența persoanei respective, cu siguranță că relația profesională va continua firesc, cu beneficii pentru ambele părți.

De aceea, a ști să-i transmiteți încredere partenerului la prima întâlnire este un instrument atât de puternic.

*

În primele 90 de secunde, atunci când faceți o cunoștință nouă, se formează părerile reciproce despre celălalt. Specialiștii arată că avem între șapte și 90 de secunde pentru a ne câștiga partenerul – la nivel de subconștient. Daniel Goleman specifică foarte clar acest fapt : „Începutul psihologic al

unei emoții se declanșează, de obicei, înainte ca persoana respectivă să fie conștientă de sentiment în sine”.

Înainte ca o persoană să asculte informațiile importante pe care le aveți, ea hotărăște intuitiv dacă are încredere în dumneavoastră, deci dacă are rost să vă asculte cu atenție sau nu.

Iată care sunt cele opt lucruri pe care subconștientul le captează în primele 90 de secunde :

- câți bani faceți ;
- cât de educat sunteți ;
- câtă încredere se poate avea în dumneavoastră ;
- cât de simpatic sunteți ;
- câtă încredere aveți în dumneavoastră înșivă ;
- cât de inteligent sunteți ;
- care este etica dumneavoastră în muncă ;
- cât de mult se poate baza cineva pe dumneavoastră.

Pentru câștigarea partenerului, aveți la dispoziție două „instrumente” neconvenționale :

- vestimentația și înfățișarea exterioară ;
- manierele și eticheta.

De ce „neconvenționale” ?

Pentru că nu se predau în nici o școală. Adesea se presupune că transmiterea lor face parte din sarcina părintelui.

Dar noi, cei crescuți cu cheia la gât, știm că uneori nici părinții nu au timpul sau știința de a-și învăța copii cum să se îmbrace și cum să se comporte astfel încât să fie acceptați într-un grup – și nu unul oarecare, ci de profesioniști. Cei ce au în bagajul lor de cunoștințe aceste două „instrumente” au întotdeauna un „as în mânecă”, un avantaj remarcabil în fața celorlalți. Prin urmare, dacă părinții nu v-au stat îndeajuns de mult în preajmă ca să „furați” de la ei „știința” de a stabili relații avantajoase cu cei din jur, sunteți datori față de propriul dumneavoastră viitor să citiți în continuare.

Secretul învingătorilor

Înainte de a studia detaliat regulile vestimentare, vreau să vă spun care este secretul învingătorilor pe scena afacerilor, a profesioniștilor. Este primul lucru de la care plecați atunci când vă hotărâți asupra unui anumit ansamblu vestimentar : *orice relație de afaceri presupune existența unui raport de putere.*

Fie că urmăriți să dominați sau să stabiliți o relație de colaborare, trebuie să știți foarte clar care este intenția dumneavoastră, ce „carte” doriți să jucați : a dominării autoritare sau a negocierii deschise. În cazul în care nu cunoașteți acest secret, este foarte posibil să fiți subiectul dominării autoritare. Arareori se obține „gratis” o poziție egală de negociere. Așa suntem făcuți noi, oamenii : dacă avem ocazia să dominăm, vom domina !

Dacă doriți să stabiliți o relație de tip *win-win* (din care fiecare are de câștigat), este necesar să vă faceți „temele”, să aflați tot ce se poate despre omul cu care vă

întâlniți. Ca să creați o impresie favorabilă, trebuie să vă încadrați în tiparele de așteptare ale partenerului.

Avantajul pe care vestimentația pentru profesioniști îl pune la dispoziție dumneavoastră este că puteți porni de la o situație de egalitate chiar și atunci când nu știți nimic despre omul respectiv.

Construiți-vă imaginea vestimentară folosind metoda Excelsior VP

Vestimentația profesioniștilor ține cont de cele trei aspectele implicate în ansamblul Persoană-Vestimentație-Împrejurare. Metoda Excelsior VP cuprinde răspunsurile dumneavoastră la un set de cinci întrebări, în mod invariabil aceleași.

Luați o hârtie și un creion. Acest exercițiu pe care îl facem acum îl veți face de fiecare dată când vă alegeți o ținută profesionistă. În timp, acest exercițiu vă deveni un reflex.

Acum putem începe.

Iată prima întrebare din „setul de cinci întrebări” al metodei Excelsior VP.

1. La ce fel de situație urmează să particip ; ce mesaj doresc să transmit ?

În funcție de situație, avem alt mesaj de transmis. Evident că vestimentația se adaptează acestui scop în primul rând.

- Dacă vă întâlniți cu persoane importante, care iau decizii ce pot adăuga veniturilor dumneavoastră multe zerouri, poate că doriți să jucați cartea autorității pentru a vă situa pe o poziție de egalitate cu acele persoane. Este evident că aceia care iau hotărâri importante dispun de putere și autoritate.

De ce autoritate? Simplu. Ați văzut vreodată un om cu o poziție importantă neautoritar?

Dumneavoastră trebuie să vă ridicați la nivelul lor, altfel veți fi striviți, adică veți obține mult mai puțin decât ați dorit.

- Dacă participați la o întâlnire de negociere, trebuie să vă arătați disponibilitatea și deschiderea.

Ca membru al unui grup, poate că încercați să vă remarcați... sau nu. Indiferent de nuanțele mesajului pe care doriți să îl transmiteți, esențial este să puteți stabili o relație de încredere. Deși trăim în lumea contractelor scrise și a clauzelor de tot felul, *încrederea* este sentimentul care face ca o relație de afaceri să fie *durabilă*.

Oamenii fac afaceri mult timp doar cu cei pe care îi plac, care le seamănă, în care au încredere.

Acest adevăr merită reținut și folosit cu îndemânare.

Nu este vorba despre manipulare, ci despre conștientizarea unei legi psihologice care funcționează indiferent

dacă ne place sau nu. Cialdini a arătat că afirmațiile de mai sus influențează în mod real luarea unei decizii.

Să încercăm să pătrundem în intimitatea luării unei decizii vestimentare. Gabriela are o întâlnire de prezentare a serviciilor firmei sale de consulting și training.

Este prima oară când se întâlnește cu acest client. I-a fost recomandat de un alt client și nu știe decât că această persoană este cea care poate lua decizia de a semna un contract; e un bărbat trecut de 45 de ani și destul de reticent.

Până aici, ea are portretul unui client dificil de abordat. Gabriela pornește la stabilirea premiselor întâlnirii.

Primul ei scop este să stabilească o relație de încredere. Alege să îmbrace un costum bleumarin cu fustă, pantofi negri cu toc jos, bluză la baza gâtului. Astfel, va proiecta o imagine de profesionistă, concentrată asupra subiectului întâlnirii.

Al doilea scop este să creeze o relație de colaborare, fără să se lase dominată și, în același timp, fără să pară inabordabilă. Ea trebuie să afle exact ce probleme întâmpină potențialul client, astfel încât oferta ei de consulting să ofere soluții exact acelor probleme. În funcție de anotimp, va alege culorile care stimulează colaborarea, comunicarea: bluza va fi culoarea piersicii sau galben pal. Piersica este o culoare care încurajează comunicarea, deschiderea. Galbenul pal este culoarea care stimulează

intelectul. Având în vedere că ambele nuanțe se asortează cu costumul pe principiul culorilor complementare, Gabriela este sigură că ținuta sa are echilibru.

Premisele fiind stabilite, Gabriela este sigură că vestimentația sa transmite exact ceea ce dorește ea la nivelul subconștientului, mesajul nonverbal e sub control. Până la întâlnire se poate concentra asupra chestiunilor profesionale, fiind sigură că mesajul vestimentar o va ajuta în încercarea de a transforma potențialul client în client.

Următoarele întrebări ale metodei Excelsior VP, prin care eliminăm variantele vestimentare perdante, sunt :

2. face parte culoarea hainelor din seria de culori acceptate de mediul profesionist ?

3. este materialul corespunzător, se comportă bine la purtare, asigură confortul și transmite un mesaj de bunăstare ?

4. se potrivește conformației purtătorului ?

5. este executat în condiții de maximă calitate ?

Înainte de a trece în revistă regulile vestimentației de afaceri pentru femei și bărbați, vreau să stabilim un lucru.

Vestimentația înseamnă imagine. Imagine generată de competență și cunoștințe autentice.

Vestimentația nu poate suplini lipsa de profesionalism.

Vestimentația nu poate ascunde ignoranța.

Vestimentația nesusținută de inteligență și de un caracter pe măsură devine un costum de rege purtat din greșeală de băiatul care duce tava. Iar cei din public văd și înțeleg.

O vestimentație aleasă corect vă ajută să stabiliți mai ușor un plan de comunicare ; dar nu va comunica niciodată mai mult decât dumneavoastră înșivă.

Principii vestimentare pentru profesioniști

De ce este vestimentația profesioniștilor atât de conservatoare ?

Răspunsul este : tradiție și încredere.

Tendențele, curente noi trebuie să își dovedească valoarea, trecând testul timpului.

Ținuta pentru profesioniști, așa cum este azi, e singura care a trecut testul timpului în acest domeniu.

Adoptând această ținută, oamenii s-au simțit siguri pe ei. Caracterul de „uniformă” al ținutelor le-a permis să se poată concentra asupra chestiunilor de afaceri fără ca atenția să le fie distrasă de gânduri neesențiale („Da, interesant produs... Dar unde o fi găsit cămașa asta atât de țipătoare ? ...”).

În sine, ținuta profesioniștilor creează un mediu de egalitate, de „șanse egale”, eliberat de prejudecăți de

clasă. Îi scutește pe participanți de comentarii interioare – inevitabile, de altfel – de genul celui de mai sus... Închipuiți-vă că gândul anterior ar putea fi urmat de... „Cum pot să mă bazez pe cineva care pare mai mult pierde-vară decât un om serios?”.

De aici și primul principiu vestimentar, valabil atât pentru bărbați, cât și pentru femei :

PV #1. „Oamenii vă vor ierta pentru că sunteți prea conservator, dar nu vă vor ierta dacă nu sunteți îndeajuns de conservator”.

Atenția omului poate fi cu greu stăpânită atunci când în fața ochilor apar lucruri neobișnuite. Astfel că, în loc să se concentreze asupra esenței lucrurilor de discutat, se trezește scos din starea de concentrare de sunetul unei bijuterii zornăitoare, de vederea unei culori șocante sau strănută alergic la mirosul unui parfum excesiv.

Ignorantia juris neminem excusat.

„Necunoașterea legii nu scuză pe nimeni.”

Ignorance of the law excuses no one.

Ținuta profesionistă vă dă posibilitatea de a vă exprima personalitatea. Amintiți-vă că în muzică s-au scris piese remarcabile sub banalul titlu „Variațiuni pe o temă de...”. La fel, și vestimentația de afaceri vă asigură flexibilitate –

dacă o doriți – sau puteți alege rigiditatea formelor – dacă asta vreți.

Numai de dumneavoastră depinde să transmiteți ce doriți :

- vreți să fiți auster, dominator ;
- vreți să fiți comunicativ și deschis la negociere ;
- vreți să vă arătați rafinamentul ;
- vreți să arătați ca un leu tânăr : neîmblânzit și agresiv.

Este foarte importantă atitudinea pe care o aveți atunci când vă alegeți ținuta.

Începeți pregătirea ținutei dumneavoastră cu o atitudine pozitivă. Iată deci al doilea principiu vestimentar :

PV #2. „Îmbrăcați-vă întotdeauna pentru poziția pe care o doriți în viitor”.

Dacă sunteți angajat, priviți-vă șeful. Judecați dacă este un om de succes și constituie un model pentru dumneavoastră. Dacă răspunsul este da, atunci îmbrăcați-vă ca el.

Dacă sunteți dumneavoastră înșivă șeful, priviți-vă partenerul de afaceri. Dacă este genul de om al cărui succes vi-l doriți, atunci îmbrăcați-vă ca el. Folosiți-l ca inspirație, ca model pentru dumneavoastră înșivă.

Căutați un om care vă place, nu numai ca poziție socială, ci și în privința caracterului lui. Și luați-l ca model.

De ce insist asupra caracterului ?

Pentru că, așa cum v-am spus mai devreme, nici o vestimentație din lume nu poate ascunde un caracter josnic. În alegerea modelului de urmat, este bine ca acesta să vă placă total, fără rețineri sau compromisuri. Alegerea trebuie făcută cu grijă !

În încercarea de a vă contura o imagine exterioară consistentă, veți face și o călătorie în interiorul dumneavoastră. Recunoscându-vă calitățile și defectele, veți avea șansa extraordinară de a învăța să vă exploatați la maximum calitățile și să începeți să vă îmblânziți defectele.

Așa cum am mai spus, vestimentația este numai un instrument în mâna dumneavoastră.

Scopul acestei cărți este să vă facă să înțelegeți *de ce* într-o anumită situație se poartă o anumită vestimentație. Alegerea pe care o faceți dumneavoastră răspunde întotdeauna la întrebarea „de ce?”. *Cum* – este un simplu proces, o chestiune de tehnică și de informație, dar și de psihologie, de personalitate. Oricine vă poate spune : „Da, poartă un costum gri și rezolvi problema vestimentară”. O asemenea afirmație vă face să vă simțiți îngrădit, prins în menghina lipsei de variante. Știind „de ce” o anumită vestimentație vă avantajează într-o anumită situație, fie ea socială sau de afaceri, aveți posibilitatea de a fi flexibil, inventiv, vă puteți exprima liber. În același timp, cunoscând regulile, veți putea face față cu eleganță oricărei situații, chiar cu mijloace minime.

*

Să zicem că sunteți în fața unui grup și că aveți de făcut o prezentare în fața unui public. Atunci când vă pregătiți ținuta, este suficient să știți că trebuie să fiți îmbrăcat cu o idee mai bine decât ei. Astfel, dacă ei sunt în pantofi sport și cu tricouri, este de ajuns să vă îmbrăcați la fel ca ei, cu un tricou cu guler în locul tricoului normal. (...Ar fi total nepotrivit să apăreți într-un costum ultraconservator, nu vi se pare? ...)

Dacă ei sunt îmbrăcați *casual*, ca într-o sâmbătă după-amiază, este de ajuns să îmbrăcați un sacou. Dacă persoanele din public poartă costume de afaceri, nu aveți altă opțiune decât cel mai bun costum al dumneavoastră. Este foarte simplu când urmați regula.

Puteți fi extraordinar de flexibil, în funcție de situația reală în care vă aflați. Cunoscând regulile, niciodată nu veți mai fi nesigur, întrebându-vă îngrijorat... „Oare sunt îmbrăcat bine? ...”.

Ținuta profesionistă pentru bărbați

Excelsior VP pentru o ținută perfectă

Rang, protocol, poziție socială. M-am tot întrebat : ceea ce urmează să vă spun reprezintă oare principii „de import” ? Sunt aceste principii ca un altoi – străin, adus de globalizare – pentru noi, românii ?

Multă vreme m-am întrebat cât de bine se potrivesc (în sensul în care piesele unui puzzle se potrivesc între ele) aceste principii cu obișnuințele de zi cu zi ale profesioniștilor din arcul carpatic. Cât de ușor vor fi ele adoptate și aplicate ? Sunt profesioniștii români dispuși să se manifeste cu eleganță și rafinament și în vremuri bune, și în vremuri rele ?

Am aflat apoi curând că avem în istoria noastră un model vestimentar demn de luat în seamă : vestimentația de protocol a clasei boierești și a domnitorului. Așa cum spune Dan Horia Mazilu în cartea sa *Voievodul dincolo*

de sala tronului, vestimentația domnitorului și a boierilor săi avea un caracter preponderent de reprezentare, de simbol al puterii și autorității. Veșmintele de ceremonie au același aspect vreme îndelungată – adesea trec peste 200 de ani înainte de a se vedea modificări majore la acest costum. Curțile domnești românești afișează lux vestimentar cu rădăcini bizantine.

Hainele sunt lungi până la călcâie, adesea făcute din materiale prețioase – catifele sau mătăsuri – adesea cusute cu fir de aur. Blănurile scumpe garnisesc veșmintele – la guler, la mâneci, la poale. Iar pentru doamne, bijuteriile : inele, coliere, cercei din pietre prețioase și perle întregesc înfățișarea luxoasă.

Hainele pentru protocol nu au rol funcțional – incomodează mișcarea, sunt grele ; domnul este mai degrabă un prizonier într-o colivie de lux. Înfațișarea domnului trebuia să impresioneze.

Prin eleganță maximă, vecină adesea cu luxul, se proiecta demnitate, autoritate. Domnul își construia vizual o poziție dominatoare – el era puterea personificată. Iar mărturiile scrise ale vremii ne arată explicit că domnii români au impresionat puternic întotdeauna. Vestimentația avea o importanță deosebită în epocă. Nerespectarea codului vestimentar încetățenit și adoptarea fățișă a schimbărilor se traducea adesea prin schimbarea politicii.

Gândiți-vă că turcii îi puteau suspecta pe domnii români ca „se dau cu neamțul” atunci când vedeau tendințe

specifice portului „nemțesc” adoptate în îmbrăcămintea de protocol. Astfel de suspiciuni puteau avea ca rezultat cel puțin pierderea tronului, dacă nu cumva chiar pierderea capului.

Știind aceste lucruri, nu ne mai mirăm de ce costumul protocolar specific românesc a dăinuit aproape neschimbat până la începutul secolului al XIX-lea. Doar atunci au existat condițiile de securitate personală necesare schimbării. Noi, românii, ne-am aflat permanent sub influența stilurilor vestimentare apusene venite prin intermediul polonilor – în Moldova –, al sașilor – în Transilvania – sau al italienilor – influență venită din zona Mării Negre.

Este evident că am fost mereu integrați evoluției vestimentației europene. Niciodată nu am fost în afară „curentelor”, nici măcar atunci când mătasea străbătea un drum de doi ani ca să ajungă la noi.

Începând cu secolul al XIX-lea, schimbările vestimentare legate de revoluția industrială din Anglia se infiltrează și în societatea românească. Tinerii care studiază în centrele universitare europene aduc în țară costumul funcțional, al cărui principal scop devine confortul persoanei, libertatea de mișcare.

Nici să nu vă închipuiți că trecerea spre confortabil a însemnat renunțarea la simbolurile de autoritate, demnitate și putere. Cum ar fi fost oare posibilă o astfel de renunțare din partea unor oameni născuți și crescuți în umbra marilor simboluri religioase și sociale ale puterii?

Autoritatea și statutul își găsesc alte forme vestimentare de exprimare. Timp de 200 de ani, esența ținuta profesioniștilor a rămas neschimbată. Influența ei a fost atât de puternică, încât și civilizațiile noneuropene au adoptat-o.

Această ținută a devenit un „teritoriu comun” pentru profesioniști, oameni de afaceri – din întreaga lume. Cu atât mai mult este necesar să cunoașteți exact principiile după care se structurează.

Costumul pentru profesioniști

Costumul este piesa de bază de la care pornește construirea ținutei. Întotdeauna ceea ce numim costum este alcătuit din sacou și pantaloni, executate din același material.

Costumul alcătuit din sacou și pantaloni se mai numește costum din două piese.

Atunci când se adaugă și vesta, aveți un costum din trei piese.

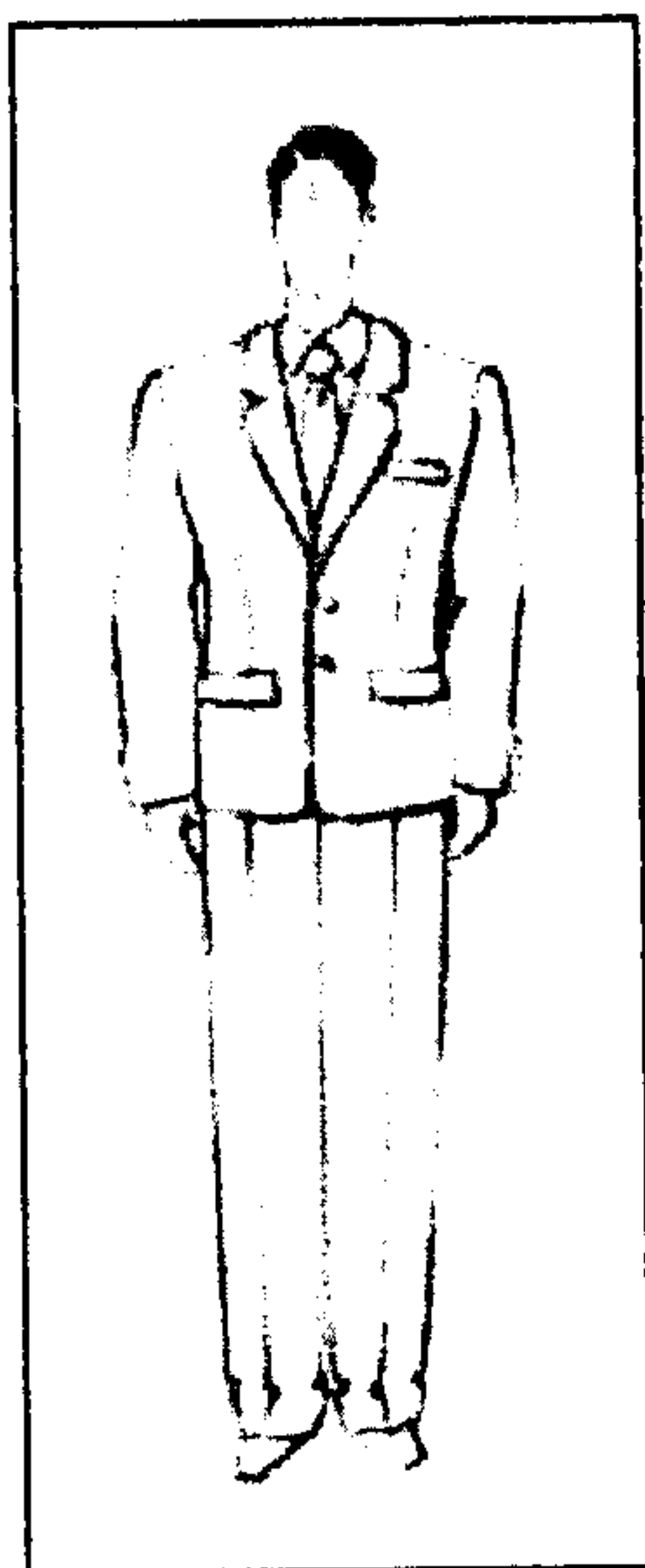
Înainte de a enumera regulile de alegere a costumului potrivit, trebuie să vă reamintesc ce v-am spus de la început: *vestimentația pentru profesioniști nu înseamnă modă.*

Un nume celebru pe eticheta unui costum pentru profesioniști nu definește neapărat un stil aparte, ci valoarea intrinsecă a aceluia costum, legată de materialele folosite,

de calitatea execuției și, nu în ultimul rând, de renumele mărcii.

Pentru alegerea unui costum, notați răspunsurile dumneavoastră la întrebările următoare :

1. se potrivește situației în care va fi purtat ?
2. este din seria de culori acceptate de mediul de afaceri ?
3. este realizat din materiale corespunzătoare, care se comportă bine la purtare, care asigură confortul purtătorului și transmit un mesaj de bunăstare ?
4. se potrivește conformației dumneavoastră ?
5. este executat în condiții de maximă calitate ?



Costum

Dacă vreți să faceți o alegere vestimentară corectă, răspundeți la aceste cinci întrebări exact în ordinea în care au fost enumerate.

Este inutil să probați un costum dacă nu se potrivește situației în care îl veți purta sau dacă nu e din materialul dorit de dumneavoastră. Respectând ordinea de alegere, veți avea, în final, un costum care se potrivește perfect dumneavoastră și situației în care vă veți afla.

Să discutăm acum fiecare punct în parte.

1. La ce fel de întâlnire particip ? Ce mesaj doresc să transmit ?

Este foarte important să răspundeți din timp la aceste întrebări. În două exemple vă voi arata cât de important este răspunsul la această întrebare.

Cazul #1. Domnul Ionescu vrea să obțină un împrumut de la bancă, necesar dezvoltării afacerii sale. Planul de afaceri este bine pus la punct.

Întâlnirea cu reprezentantul băncii este programată pentru mâine. Urmează să se întâlnească pentru prima oară cu angajatul băncii. Știe foarte bine că mediul bancar este unul foarte conservator, în care contează autoritatea, seriozitatea și prestigiul. Pentru că dorește să stabilească o relație de egalitate cu reprezentantul băncii, hotărăște să se îmbrace cu un costum gri-închis, dintr-un material deosebit (lână 100%), un costum bine

întreținut și croit. Dacă s-ar întâlni cu directorul băncii, probabil că ar alege un costum negru. Este o culoare severă, ce i-ar conferi aerul de autoritate și putere pe care și-l dorește. Cămașa albă este o variantă pentru o înfățișare foarte formală, conservatoare. O cămașă pastel – galben, de exemplu – creează o înfățișare mai degajată. O cămașă în dungi fine dă un aer rafinat. Cravata este uni, într-o culoare închisă, contribuind la aerul formal. În cazul în care dorește o abordare mai personală, mai percutantă, alege pentru cravată o nuanță mai îndrăznească – roșu sau grenă. Pantofii și șosetele sunt negre. Cureaua, și aceasta – neagră, din piele. Servieta din piele. Ceas discret, în nici un caz sport; cureaua ceasului – din piele. Bijuterii puține – numai verigheta, dacă este cazul. Pregătit astfel, domnul Ionescu poate aborda liniștit, concentrat discuția cu reprezentantul băncii. (...Bineînțeles că telefonul mobil este închis...)

Cazul #2. Domnul Popescu este un tânăr sales manager (director de vânzări, pe românește), aflat la începutul carierei. Vrea să își demonstreze că poate obține bonusul lunar care li se acordă celor care depășesc baremul de vânzări. Măine are stabilită o întâlnire cu un potențial client la sediul firmei clientului. Trebuie să îl convingă ce avantaje îi poate aduce firmei clientului produsul sau ce probleme îi poate rezolva și cum. Știe că potențialul client este o persoană în jur de 45 de ani, firma lui are

succes de ani buni și, ca urmare, se află în poziția de a alege un produs care să corespundă anumitor cerințe, fără să țină la „prețul minim”.

Strategia domnului Popescu este de a arăta o imagine plină de încredere, deschisă, profesionistă. Își cunoaște produsul, știe ce poate face (și ce nu). Acum vrea să afle ce dorește clientul. Are nevoie să fie comunicativ și, în același timp, trebuie să se simtă sigur pe el pe un teritoriu străin – putem spune că „joacă în deplasare” și știm ce înseamnă avantajul terenului propriu. Tânărul Popescu are de luat o hotărâre vestimentară importantă.

În alegerea vestimentației contează, bineînțeles, și tipul de produs pe care îl vinde. Pentru produse de genul IT, consumabile de birou de orice fel sau oferte de servicii, poate alege să se îmbrace într-un costum bleumarin din lână 100%. Poartă o cămașă bleu uni sau cu dungulițe fine. Cravata este în nuanța dungulițelor de pe cămașă sau o nuanță de albastru, diferită de culoarea costumului. Pantofi negri, șosete negre. Arată unitar, armonios, gata să transmită faptul că un astfel de om nu ar putea recomanda decât un produs excelent. Înfățișarea domnului Popescu transmite exact mesajul pe care și l-a dorit.

Dacă este reprezentantul unei firme financiare, cea mai bună alegere pentru domnul Popescu este un costum gri-închis. În cazul în care produsele sale sunt de folosință casnică zilnică, un costum în tonuri închise de maro-pământ este o variantă bună. Iar în cazul oferirii unor produse

dinamice, ce presupun mobilitate, varianta vestimentației business casual (dacă și conformația o permite) – cu sacou diferit de pantaloni – poate fi o variantă potrivită.

Din exemple vedeți cât de multe variante sunt la dispoziția celui care știe exact ce caută.

2. Ce culori se recomandă pentru ținuta profesionistă – de afaceri ?

Ținuta de afaceri se împarte în :

- ținuta formală-conservatoare, în care se acceptă doar costumul ;
- ținuta *business casual*, în care se acceptă combinația sacou-pantaloni de culori diferite și materiale apropiate.

Pentru ținuta conservatoare, culorile de bază sunt : negru, gri – de la gri-deschis până la gri-cărbune – albastru – în special în varianta bleumarin –, toate aceste culori în variante uni sau cu dungi fine. În ținuta *business casual* sunt acceptate și nuanțele de kaki și tonurile de maro.

Să vorbim puțin despre semnificația psihologică a acestor culori în vestimentația de afaceri. Aveți nevoie să știți aceste lucruri înainte de a lua o hotărâre.

Iată care sunt semnificațiile psihologice general recunoscute.

Negrul este culoarea autorității, a puterii. Când doriți să stabiliți o relație de colaborare, această culoare nu este recomandată. Negrul intimidează, închide unele canale de comunicare. În schimb, la un dineu sau într-o situație foarte formală, unde *toată lumea* poartă costume negre, această culoare devine elegantă.

Într-un mediu în care toți sunt îmbrăcați la fel, nu se mai pune problema de autoritate sau dominație. Rămâne doar eleganța negrului în combinația maxim contrastantă cu cămașa albă.

Orice bărbat trebuie să aibă în garderobă un costum negru.

Culoarea gri este neutră. Îi poate da purtătorului un aer mai relaxat – în varianta gri-deschis – sau un aer sobru – în varianta gri-cărbune. La alegerea unui costum gri, este foarte important să vedeți cum vă vine această nuanță, dacă dă sau nu paloare feței dumneavoastră. Pentru un costum gri-deschis, aspectul general este influențat și de culoarea părului.

Astfel, combinația păr grizonant – costum gri-mediu sau deschis – cămașă pastel poate da un aer obosit, fără forță. Culoarea cravatei poate aduce vibrația necesară pentru a contrabalansa o înfățișare lipsită de dinamism.

Un costum gri-închis este piesa de rezistență a oricărei garderobe. Griul închis (cărbune) este o culoare care sugerează sobrietate, fără a avea autoritatea copleșitoare a negrului.

Este culoarea bărbatului deschis colaborării, care nu are nici cea mai mică umbră de nesiguranță de sine. Cu cât nuanța de gri este mai deschisă, cu atât arată o deschidere mai mare către colaborare cu partenerul.

Bleumarinul – albastrul închis/*navy* – este culoarea tradițională a omului de afaceri.

Această culoare poate fi purtată toată ziua. Specialiștii au determinat influența ei asupra metabolismului purtătorului ca fiind benefică : ritm respirator și cardiac optim.

Dacă vi se pare puțin exagerată observația de mai sus, încercați să conștientizați cum vă simțiți atunci când purtați un costum bleumarin ; cu siguranță, va fi o stare de confort.

Toate culorile de mai sus în variantele cu dungi subțiri devin costume rafinate, care arată distincție, rafinament.

Atenție ! Cu cât culorile sunt mai închise, cu atât ținuta este considerată mai elegantă. Cu cât dungile din modelul stofei sunt mai groase, cu atât scade rafinamentul unui costum. Vă întrebați care este numărul minim de costume ? Având în vedere că un costum trebuie lăsat să se aerisească cel puțin o zi după purtare, aveți nevoie de cel puțin trei costume pentru o săptămână de lucru. Nu uitați însă că, până ajungeți la numărul minim de trei, este bine să îl cumpărați pe primul !

Să vedem care sunt culorile caracteristice ținutei *business casual*. Culorile acestei ținute sunt tonurile de kaki și marourile.

Aceste culori încurajează comunicarea relaxată, dar sunt lipsite de puterea culorilor conservatoare. Se renunță la putere în favoarea flexibilității.

Principala problemă în combinațiile *casual* o reprezintă asortarea culorilor. Una dintre reguli este încercarea de a păstra numărul culorilor din ansamblul vestimentar la nu mai mult de trei.

În ceea ce privește imprimeurile, cea mai bună alegere este discreția. De mare ajutor este asortarea din schema de culori din anexă. Sacourile în carouri sunt destinate exclusiv timpului liber, nu sunt acceptate nici măcar în vestimentația *business casual*. Dacă sunteți tentat de sacourile în carouri pentru că „țin”, ei bine, amintiți-vă că oricum aveți obligația să vă îngrijiți hainele în mod regulat, constant. Prin urmare, nu aveți nevoie de haine care „țin”, ci de haine ce „vin” bine!

Când v-ați notat răspunsul dumneavoastră la a doua întrebare din „setul de cinci”, ați rezolvat problema armoniei dintre persoană și împrejurare. Dar fiți atent: unei anumite ținute – în funcție de ceea ce alegeți să transmiteți – trebuie să îi „asortați” și comportamentul care i se potrivește. Domnul Ionescu, despre care am vorbit mai devreme în exemplul 1, ar trebui să se abțină de la gesturi exagerate și să își aleagă cu atenție cuvintele.

Domnul Popescu, în schimb, dacă adoptă o atitudine rigidă, pierde tot ce a câștigat prin alegerea vestimentară făcută. Iar dacă se comportă cu prea mare larghețe, riscă la fel de mult. Așa cum am mai spus, priviți întregul !

3. Ce fel de stofe sunt recomandate ?

Când a apărut costumul ca „uniformă a profesionistului, a omului de afaceri”, nu existau pe piață decât stofe naturale : din lână, bumbac sau în.

Al doilea război mondial generează criza mondială pe piața materiilor prime naturale. Deficitul de pe piață stimulează producerea fibrelor sintetice. Fibrele sintetice -- ușor de obținut și mai ieftine -- sunt adoptate rapid de producătorii de confecții.

Dacă, într-adevăr, folosirea materialelor sintetice (poliester, nailon, amestecuri cu procente mari de materiale sintetice) duce la obținerea unor produse accesibile din punct de vedere financiar, acest lucru nu este neapărat benefic pentru dumneavoastră -- purtătorul costumului.

Materialele sintetice se manifestă neplăcut în timp :

- se produce pilingul -- procesul de apariție a unor ghemotoace de material în jurul capetelor de fibre ieșite din țesătură după o anumită perioadă de folosire ;
- se degradează uniformitatea și intensitatea culorii după un număr de spălări sau după un număr de ore de acțiune a razelor solare....

Însă cel mai mare neajuns al materialelor sintetice este acela că vă pot provoca disconfort dermatologic – pe scurt, alergii. S-a demonstrat prin măsurători de laborator că, pentru materialele sintetice, indici precum permeabilitatea la aer și transferul de căldură sunt net inferiori materialelor naturale.

„Ce sunt acești indici ? ”, mă veți întreba. Acești indici măsoară în cifre ceea ce numim senzație de confort.

Materialele naturale au o permeabilitate care ne permite să spunem că „respiră” odată cu pielea purtătorului. În plus, au un tușeu plăcut și un aspect absolut inconfundabil.

Prestanța oferită purtătorului compensează înmiit diferența de bani pe care o plătiți atunci când achiziționați un costum din stofă naturală (sau, cel puțin, în cea mai mare parte naturală). În plus, un costum din stofă naturală își recapătă peste noapte forma inițială, necesitând operațiuni reduse de întreținere.

Lâna este principalul material folosit în producerea costumelor. Cu noile soluții de climatizare – atât în mașină, cât și în orice birou –, nu aveți nici un motiv să nu purtați costume din lână 100%, subțire – indiferent de anotimp. Lâna fină cel mai des întâlnită în producția de serie are, de obicei, eticheta „Super 100”. Cu cât lâna este mai fină, cu atât costumul e mai elegant. Un costum din lână drapează („pică”) frumos, îmbracă frumos corpul. În timp, veți putea să recunoașteți (și să apreciați) la

partenerul dumneavoastră un costum din lână. Nu este dovadă de snobism, ci, pur și simplu, știți că acea persoană se respectă pe sine și confortul său personal. Dacă partenerul e tânăr, prezența unei stoffe de calitate este un semn al efortului pe care îl face în dorința de a fi asemenea celor cu care face afaceri, de a se ridica la nivelul lor. Dacă este o persoană în vârstă, costumul din lână e semnul succesului financiar, al bunăstării.

Amestecurile de materiale naturale și sintetice au încercat un compromis între calitățile de permeabilitate la căldură și umiditate ale materialelor naturale și rezistența fibrelor sintetice.

Dacă nu aveți alternativă, din cauza ofertei pieței de confecții, achiziționați costumul cu procentul de material natural cel mai mare (în orice caz, peste 70%). Cu cât procentul de material sintetic este mai mare, cu atât acea stofă este mai puțin valoroasă.

Mai este un lucru de care e nevoie să țineți seama : evitați materialele lucioase, care reflectă excesiv lumina. Arată ciudat și puțin năserios în plină zi un astfel de material. Așadar – materiale mate !

Nu ezitați să atingeți materialele, să simțiți tușeul stoffei. Simțul tactil este unul dintre simțurile la semnalele cărora reacționăm instantaneu.

Cald sau rece, moale sau rigid, umed sau uscat (ca să enumerăm numai câteva senzații) – sunt senzații pe care

le obținem instantaneu la o simplă atingere. Cu atât mai mult va fi important tușeul unui costum pe care îl veți atinge (adesea involuntar) toată ziua !

Cum testați un material ?

- a) Strângeți în mână mâneca sau poala unui sacou timp de câteva secunde. Observați cum se comportă după ce i-ați dat drumul. Dacă după aceasta rămâne șifonat și nu-și revine ușor la forma inițială, închipuiți-vă cum veți arata dumneavoastră după opt ore de muncă activă ! Și una dintre pretențiile mediului profesioniștilor este să arătați mereu ca scos din cutie. Indiferent de oră.
- b) Dați atenție tușeului, felului în care simțiți materialul când vă plimbați mâna pe suprafața lui. Dacă veți cumpăra costumul, atunci fiți sigur că nu simțiți gust de metal – sau orice altă senzație neplăcută – la atingerea materialului !

Deși adesea nu dați importanță acestui lucru, de mare importanță este căptușeala unui sacou. Vâscoza nu modifică proprietățile materialului natural din care este făcut sacoul. Vă spun că este o cheltuială inutilă să cumpărați un costum din lână cu căptușeală de poliester. Dacă materialul aflat în imediata apropiere a pielii este poliester, va afecta negativ transferul de umiditate și căldură către exteriorul sacoului. Tot ceea ce câștigați cu stofa naturală pierdeți la căptușeala de poliester.

De aceea vă îndemn : cercetați cu atenție eticheta de compoziție care trebuie să fie prezentă pe fiecare produs vestimentar. Cereți-le explicații celor din magazin când ceva nu vă este clar.

Dați atenție denumirii materialelor, procentelor pentru stofe, dar și pentru căptușeli.

Dacă nu aveți astfel de informații, căutați un magazin în care produsele și vânzătorii vă oferă toate datele. Doar plătiți pentru asta !

Prețul este ceea ce plătești. Valoarea este ceea ce obții.
(Warren Buffett)

4. Se potrivește conformației mele ?

Când intrați într-un magazin, trebuie să veniți cu „temele făcute” : *dumneavoastră* trebuie să știți ce tip de costum vi se potrivește. Nu vă lăsați îndrumat de părerea vânzătorului. Datoria lui este să vândă. Arareori sfaturile sunt avizate și în interesul dumneavoastră. Nu aveți pretenția ca o persoană total străină să hotărască pentru dumneavoastră.

Răspunzând întrebării nr. 4, economisiți timp. Și bani.

Timpul îl economisiți renunțând să probați ceva ce știți din start că nu vă avantajează. Și economisiți bani evitând să cumpărați costume pe care nu le purtați decât o dată în an.

Cum alegeți costumul în funcție de silueta dumneavoastră ? Un costum bine ales subliniază părțile pozitive

ale conformației dumneavoastră. Alegerea costumului este decisivă pentru imaginea dumneavoastră vestimentară. Celelalte accesorii – cămașă, pantofi, cravată etc. – nu pot decât să aducă accente de stil și nu modifică echilibrul costumului.

Despre un costum ales în concordanță cu conformația dumneavoastră cei din jur vor spune că este „bine croit”. Bine croit înseamnă armonios, proporționat.

De fapt, atunci când respectați regulile pe care le găsiți mai jos, nu faceți altceva decât să vă ajutați de haine ca să creați proporționalitate și armonie atunci când corpul dumneavoastră nu respectă proporțiile omului vitruvian.

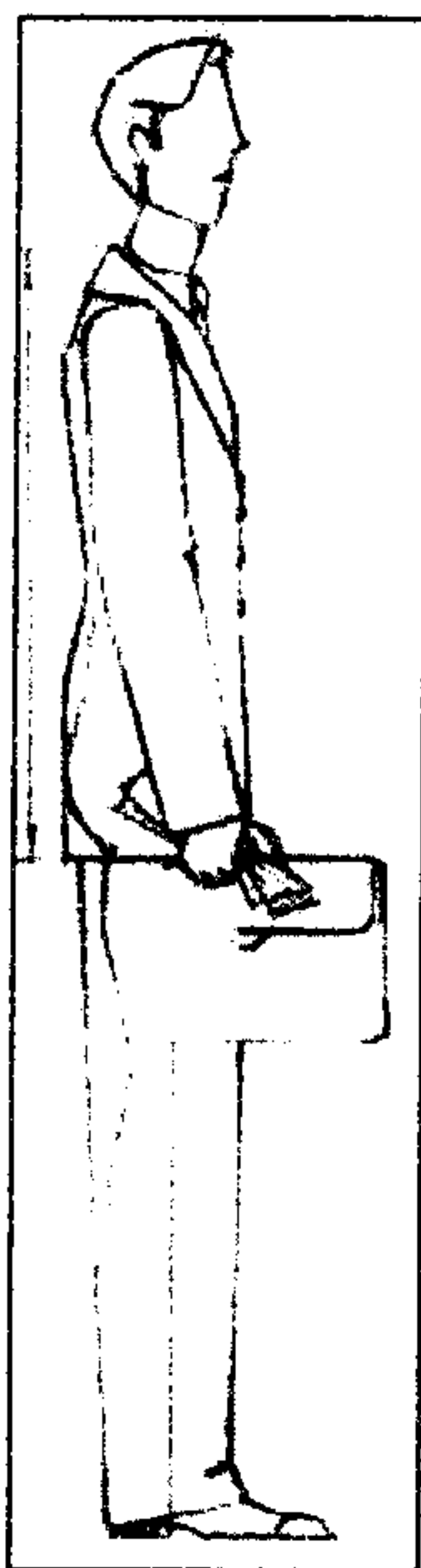
Echilibrul proporțional îl obțineți astfel :

- *dacă sunteți un bărbat înalt și slab, atunci purtați costume care „rotunjesc” silueta :*
 - alegeți costume în culori uni, evitați dungile ;
 - costumele la două rânduri de nasturi sunt preferabile deoarece dau un plus în zona pieptului ;
 - evitați sacourile la un rând foarte cambrate pe talie ;
 - o bună alegere reprezintă sacourile fără șlițuri ;
 - pantalonii trebuie să fie fără cute, cei cu manșetă sunt o variantă foarte potrivită deoarece reduc, „taie” din înălțime ;
 - în varianta *casual business*, se poate folosi lejer un contrast puternic între culoarea sacoului și

cea a pantalonilor, regula fiind ca pantalonii să fie mai închiși decât sacoul ;

- *dacă sunteți un bărbat înalt cu o siluetă plină, atunci purtați costume care nu măresc inutil silueta :*
 - evitați sacourile la două rânduri care dau un plus în zona pieptului ;
 - ocoliți și sacourile la un singur rând de nasturi cu revere excesiv de late ;
 - un sacou cu două șlițuri laterale poate asigura o mai mare lejeritate în comparație cu sacourile fără șliț ;
 - evitați buzunarele aplicate sau cu clape ; acestea atrag atenția și dau un plus nedorit în zona taliei ; la fel,ocoliți modelele cu trei buzunare cu clape ;
 - alegeți culorile închise, uni sau cu dungi foarte fine ;
 - evitați culorile deschise, care măresc ;
 - dacă aveți talia dezvoltată, purtați pantaloni cu pense/cute ; plusul de material asigură lejeritate în mișcare, dar și ascunde o talie mai plină ;
- *dacă sunteți un bărbat scund și gras, atunci :*
 - purtați sacouri uni sau în dungi, la un rând de nasturi ;
 - puteți purta griuri neutre mai deschise ; culorile recomandate sunt nuanțele puțin mai deschise, în limita posibilităților ;

- sacourile la un rând cu numai doi nasturi fac să se vadă o zonă mai mare de cămașă și, astfel, se atrage atenția mai ușor către față ;
- sacoul se termină exact sub curba feselor ; dacă sacoul este mult mai lung, apare o disproporție, picioarele par și mai scurte :



Lungimea sacoului

- evitați buzunarele aplicate sau cu clape – acestea atrag atenția și dau un plus nedorit în zona taliei ;
- evitați pantalonii cu manșetă – care „taie” din înălțime și dau impresia că sunteți și mai scund decât în realitate ;

- când alegeți o variantă vestimentară *casual*, când folosiți un contrast foarte puternic de culoare între sacou și pantaloni, silueta va arăta fracționată, lipsită fiind de fluiditatea dată de culoarea unitară ;
- un bărbat scund are obligația estetică de a nu purta pantofi cu tocuri înalte sau cu talpa mai groasă decât în mod normal ; în definitiv, în jurul unei mese de afaceri toate persoanele pot dialoga de la aceeași înălțime a scaunelor pe care stau.

Să vorbim separat despre un punct sensibil : lățimea reverelor. Regula este următoarea : reverele au lățimea (maximă) cât jumătate din lățimea pieptului măsurată între gulerul sacoului și extremitatea exterioară a umărului. (În general, lățimea poate fi de 9-10 cm.) O lățime mult mai mare sau mult mai mică produce dezechilibru.

Dacă țineți cont de această măsură recomandată a reverelor, veți alege de fiecare dată un sacou echilibrat, pentru că, evident, lățimea reverelor va fi în strânsă legătură cu lățimea pieptului – o persoană masivă va avea revere mai late, una de dimensiuni mai mici va avea revere mai înguste.

Această mărime a reverelor se va lua în calcul și la alegerea cravatelor. Cravatele corect alese au lățimea comparabilă cu cea a reverelor.

N-am vorbit deloc despre costumul din trei piese – costumul cu vestă.

Vesta oferă unui costum un plus de eleganță. Și, după părerea mea, cere o anumită vârstă din partea purtătorului. Sau o poziție de top.

Contrar opiniei multora, vestele nu sunt înalte până la nivelul gulerului cămășii. Un model corect de vestă se vede doar câțiva centimetri (2-3) deasupra primului nasture al sacoului.

De aici reiese clar că sacoul costumului nu poate avea mai mult de trei nasturi. Vesta ar urca prea mult pe piept și ar crea impresia că purtătorul are o atitudine prea rezervată, prea puțin deschisă către dialog.

Vesta nu trebuie să ascundă cravata.

Piepții vestei sunt din aceeași stofă cu costumul, iar spatele – în general – este confecționat din căptușeala sacoului. Vestele se pot ajusta în lărgime la spate. Tivul vestei ajunge cu exactitate până la betelia pantalonilor.

Când se poartă, vesta are întotdeauna ultimul nasture de jos neîncheiat. Când vreți să vă remarcați prin maximum de eleganță, alegeți un costum din trei piese.

Proba costumului

Atunci când rezolv o problemă, nu mă gândesc niciodată la frumusețe. Mă gândesc doar cum să o rezolv. Dar, atunci când termin, dacă soluția nu este frumoasă, știu că e greșită. (Buckminster Fuller)

Puțini dintre noi au acces la un croitor priceput pentru confecționarea la comandă a unui costum. Suntem obligați, adesea, să ne descurcăm cu ceea ce ne oferă producția de serie. Arareori un costum „de gata” din magazin vi se potrivește perfect. Măsurile diferă de la un producător la altul. Iar doi bărbați care îmbracă aceeași măsură, același model rareori arată la fel. De aceea, *nu neglijați proba.*

Cu cât mai mult le place femeilor să probeze haine, cu atât mai mult se enervează bărbații în fața acestei „cochetării nedemne de bărbați serioși”. Bărbații nu au întotdeauna răbdarea necesară pentru așa ceva, dar cinci minute în plus în cabina de probă pot însemna mult mai mult decât vă puteți închipui.

Ce înseamnă o probă... Timp pierdut? Deranj inutil?

Nu! O probă înseamnă... Câștig de imagine... și bani economisiți!

Vă reamintesc ceea ce v-am spus deja: *alegerea corectă a costumului este esențială, echilibrul proporțional al ținutei depinde de costum.*

Practic, proba se începe vizual de sus. Verificați felul în care se potrivește sacoul la umeri. Priviți cum acoperă pieptul. Încheiați sacoul. Închis la toți nasturii, sacoul trebuie să vă fie lejer, să nu fie strâmt.

Așezați-vă pe un scaun cu haina încheiată – ultimul nasture de jos descheiat! – și vedeți cum vă simțiți. Dacă nu vă este lejeră, încercați o măsură mai mare.

De ce ? În general, trebuie să fiți pregătit să „parcurgeți” o întâlnire de afaceri stând pe un scaun, închis la nasturi. În momentul în care vă deschideți la nasturii costumului, traducerea gestului este „mă simt în largul meu, mă deschid colaborării cu tine” – cu alte cuvinte, coborâți o treaptă pe scara autorității nonverbale. Dacă acesta este scopul dumneavoastră – minunat ! Dar ar fi total absurd să comunicați această idee fără să vreți, doar pentru că vă strânge sacoul !

Cu sacoul închis la nasturi, atingeți pieptul și treceți în mod repetat mâna peste el. Dacă simțiți zona de la piept ca o platoșă sau vedeți că se șifonează atunci când vă așezați, căutați alt sacou ! Aceasta înseamnă un defect de structură.

Sacoul trebuie să aibă ținută în zona pieptului – să fie tare, dar nu rigid. Sacourile corect confecționate trebuie să aibă ținută (materialul să stea drept pe piept, fără cute), dar, în același timp, să fie flexibile, comode în această zonă, să nu jeneze mișcările. Aceste caracteristici esențiale ale sacoului – ținuta în zona pieptului și, în același timp, fluiditate – se obțineau pe vremea produselor lucrate manual printr-o tehnică specială, deosebit de migăloasă. În prezent, întărirea pieptului se face cu materiale termoadezive ale căror proprietăți sunt încă departe de cele conferite de metodele manuale ; dar se îmbunătățesc de la an la an.

Verificați răscoiala mânecii – nu trebuie să țină, să o simțiți la subsuoară ; nici nu trebuie să fie prea jos și să incomodeze mișcarea brațului pe verticală. Ce lungime are sacoul? Trebuie să fie îndeajuns de lung încât să acopere curba feselor. În mers nu trebuie să se vadă turul pantalonilor.

Dacă ați ales un sacou cu șlițuri, fiți atent ca acestea să nu stea desfăcute – în acest caz fiind sau un defect de tipar (este prea îngust), sau o neglijență de confecționare. În nici unul din aceste cazuri nu este problema dumneavoastră, nu sunteți obligat să cumpărați așa ceva.

Pieptul sacoului și reverele sunt partea cea mai importantă. Aici se oprește privirea înainte de a se îndrepta spre față. Reverele trebuie să fie plate, fără crețuri în zona cusăturilor.

Moda atacă adesea lățimea reverelor. Lățimea cea mai convenabilă scopului nostru este aproximativ jumătate din cea a pieptului (adesea între 9 și 10 cm).

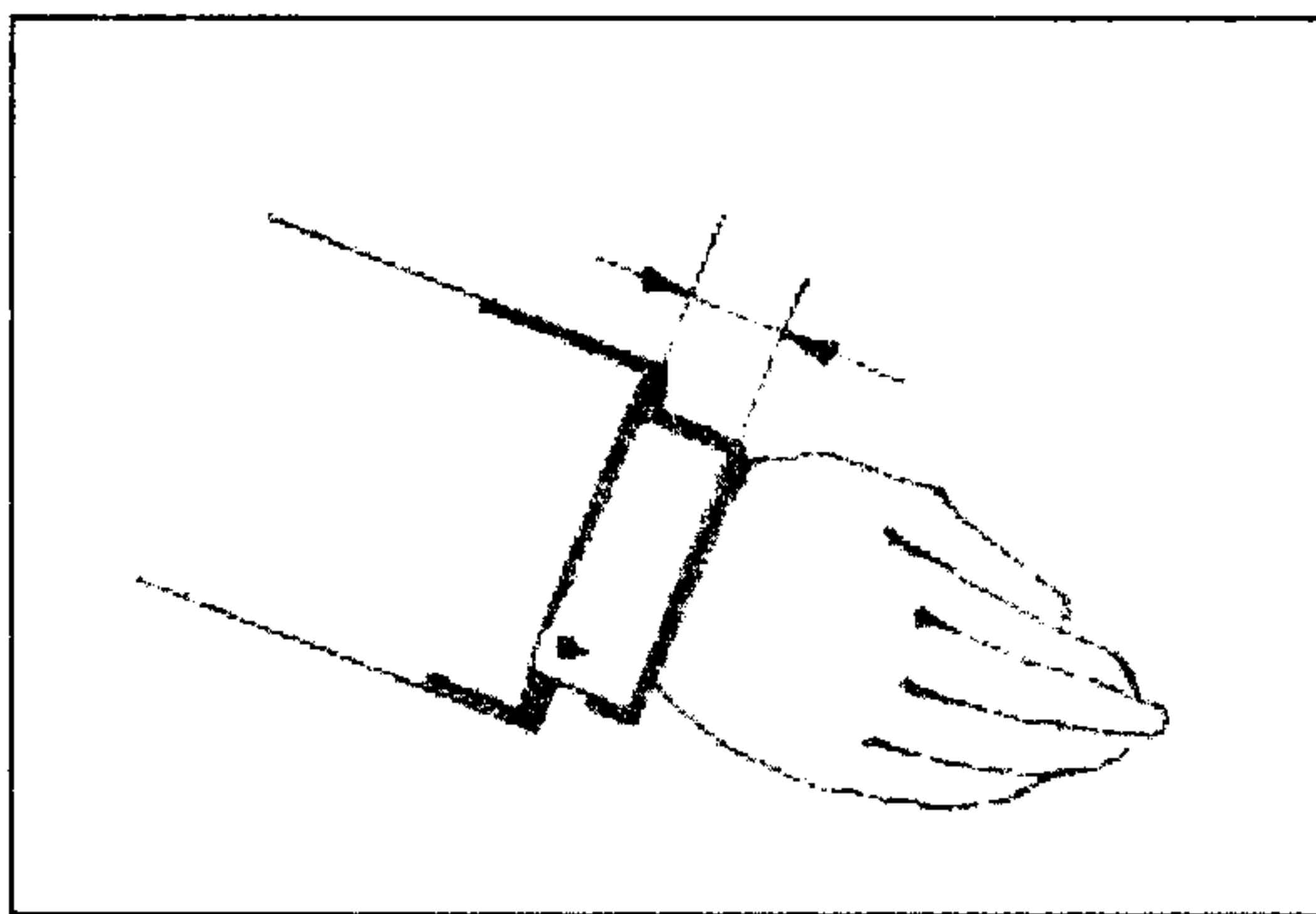
Mi s-a întâmplat de multe ori să văd revere aproape perfecte, dar cu o singură imensă problemă : sunt presate prea tare la călcat și arată ca arse (vorbesc despre produse găsite pe piața noastră românească). Acest defect este unul atât de mare, încât e un motiv destul de puternic pentru a respinge un sacou – chiar dacă în rest este perfect.

Gulerul cămășii la spate trebuie să se vadă cel puțin 1 cm deasupra gulerului sacoului. Gulerul sacoului se așază la spate fără cute.

Dacă pe marginea reverelor aveți o cusătură – de obicei, în culoarea stofei, nu contrastând –, aveți de-a face cu un producător care își dă silința să crească nivelul de rafinament al produsului de serie. Apreciați efortul.

Costumul îl probați cu cămașa pe care o veți purta pentru ca verificările de lungime a mânecii și a gulerului să conteze.

Manșeta cămășii trebuie să se vadă cel puțin 1 cm de sub mâneca sacoului. Dacă mânecile sacoului vă sunt prea lungi, magazinul ar trebui să asigure această modificare în lungime.



Manșetă sacou-cămașă

Nu cumpărați sub nici o formă un sacou cu mâneci prea lungi dacă știți că nu aveți unde să le modificați.

De ce ? Una dintre regulile de bază ale comunicării nonverbale este ca mâinile să se afle la vedere. Ascunderea mâinilor generează un sentiment de neîncredere.

Poate că acest lucru este o rămășiță din vremuri apuse – când se întâlneau doi cavaleri, își arătau mâinile ca să demonstreze că nu poartă arme. Gestul ținea, în primul rând, de securitate.

Ca să nu mai vorbim că la noi, atunci când cineva are mâinile acoperite, imediat se va considera că este îmbrăcat „de bogdaproste” – adică de pomană. Doar în acest caz nu poți să refuzi pentru că haina nu-ți vine bine – nu se face.

Nu uitați că gulerul cămășii trebuie să se vadă un centimetru deasupra gulerului sacoului.

Verificați butonierele. Trebuie să nu pară că se desfac curând.

Pe mânecă se cos trei sau patru nasturi, apropiați, care se ating. Dacă între ei sunt spații largi, mâneca nu este o variantă elegantă.

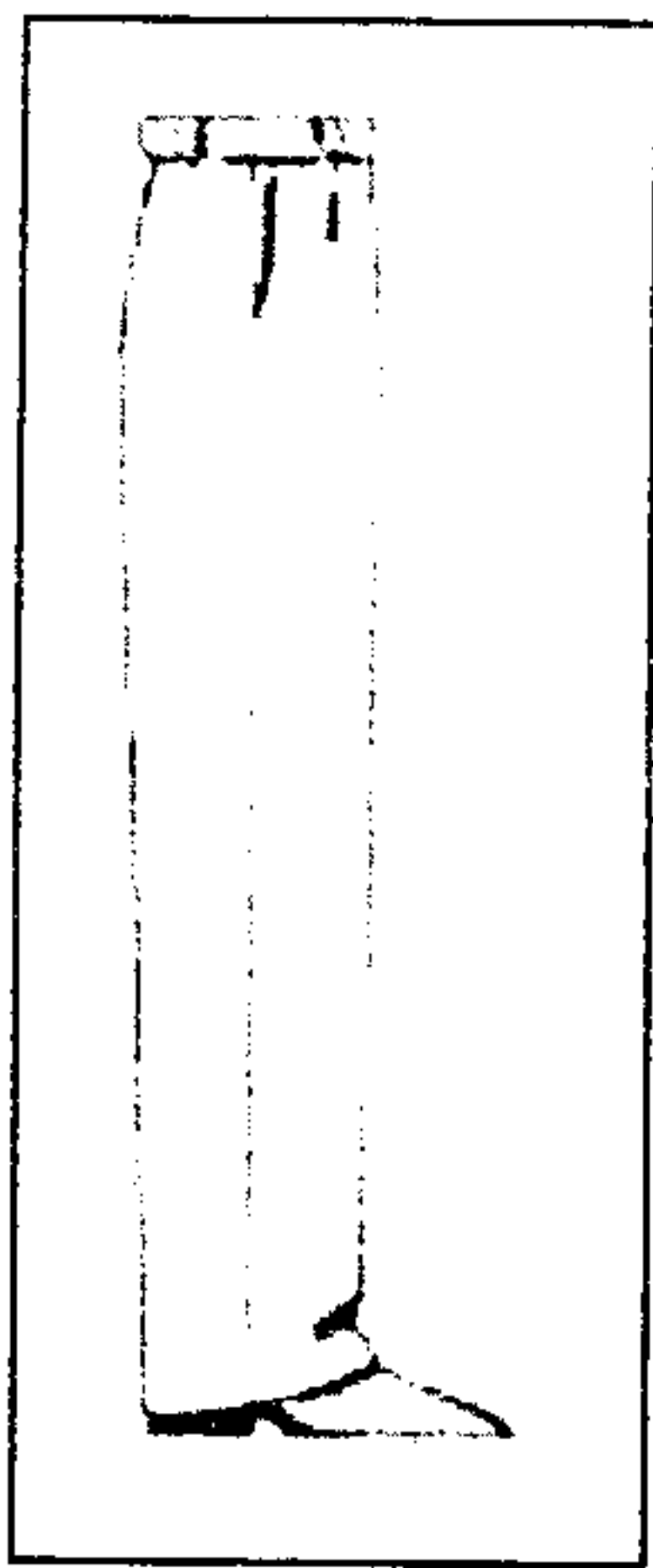
Sub nasturii de pe mânecă sunt cusute întotdeauna butoniere. Dacă producătorul nu s-a ostenit să le facă, nici dumneavoastră nu vă osteniți să cumpărați acest produs.

Butoniera de la reverul sacoului este funcțională, adică tăiată, asemenea butonierelor de pe pieptul sacoului.

Dacă probați un sacou cu două șlițuri, verificați felul în care se suprapun acestea. Sub nici o formă nu au voie să fie crețe sau să nu se suprapună perfect una peste alta fiecare parte ce formează un șliț.

Căptușeala sacoului este, în mod normal, în același ton de culoare cu stofa, iar cea a mânecilor e o căptușeală în dungă. Este foarte important să vă asigurați că la tivul de la spate căptușeala nu atârna (nu se vede sub tivul hainei) sau nu ține. Verificați căptușeala mânecii în zona manșetei – să nu țină, să nu atârne. Și verificați cum sunt cusute buzunarele interioare. Nu uitați să citiți toate instrucțiunile de pe eticheta de compoziție.

Când probați pantalonii, încălțați pantofii pe care îi veți purta.



Aspectul pantalonilor

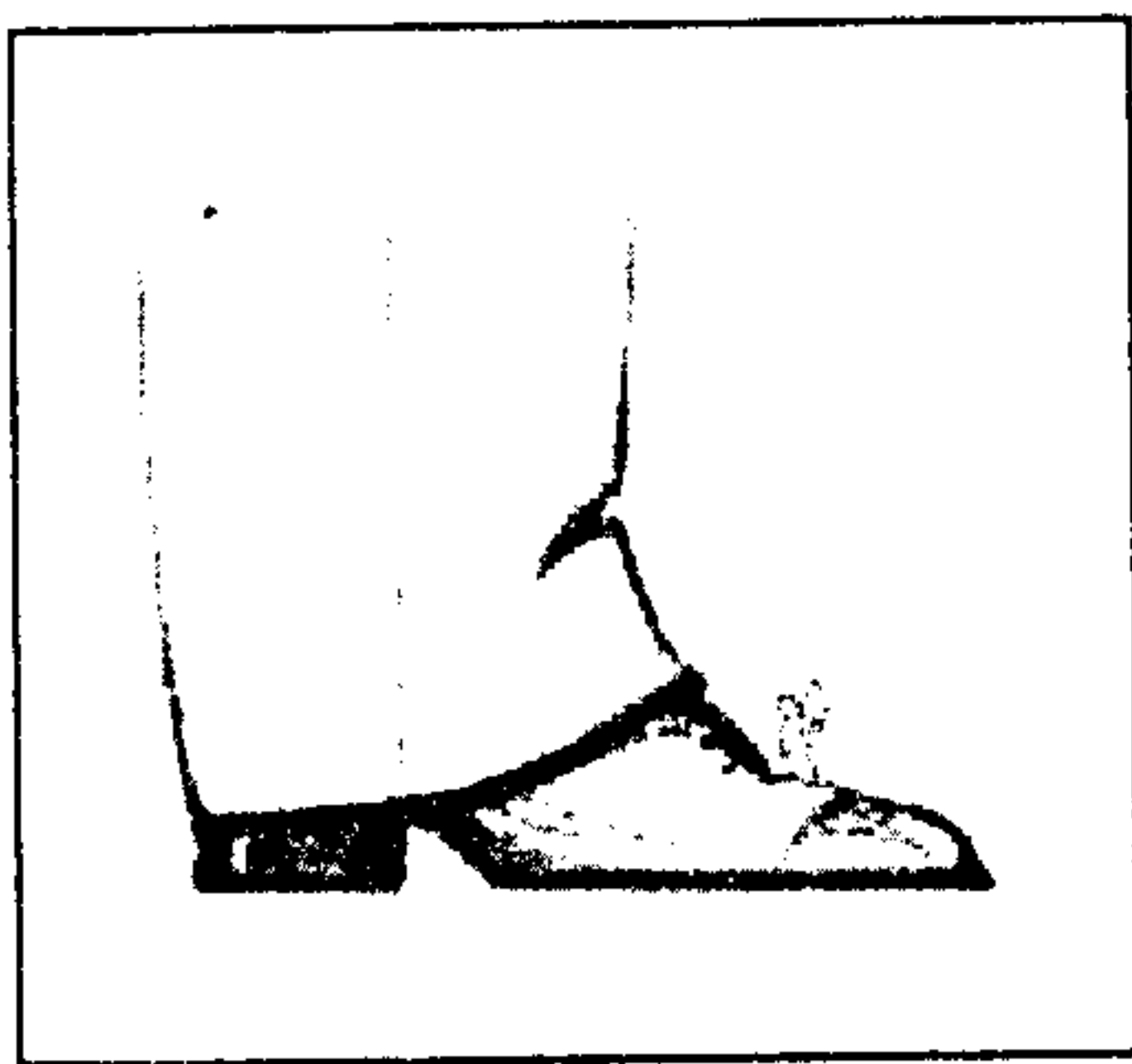
Linia pantalonilor trebuie să urmeze forma naturală a corpului. Lățimea pantalonilor la tiv trebuie să fie trei sferturi ($3/4$) din lungimea pantofilor. Turul trebuie să fie confortabil poziționat. Privit din lateral, buzunarele

pantaloniilor trebuie să fie plane, fără să se vadă punga buzunarului. Pantalonii pot fi cu sau fără cute (pense). Prezența cutelor conferă confort, plusul de material face ca, atunci când vă așezați, să simțiți pantalonii lejeri.

Cutele fac ca materialul să drapeze – „să cadă frumos” – și pantalonii să arate bine în mers.

Foarte, foarte important: cât de lungi sunt pantalonii? Atât de lungi încât în mers să nu se vadă șosetele.

Pantalonii cu manșetă nu coboară mai jos de linia de îmbinare între carâmb și talpa pantofilor. Pantalonii obișnuiți au tivul mai lăsat la spate, în linie oblică, astfel încât la spate acoperă căputa pantofilor, nu mai jos de punctul de îmbinare cu talpa.



Pantaloni-pantofi

Înainte de a duce mâna la portmoneu, mai aveți de făcut doar o singură verificare finală a ținutei dorite. Închideți ochii. Dați-vă încet un pas în spate și deschideți brusc ochii. Fiți atent la reacția dumneavoastră la ceea ce

vedeți în oglindă. Dacă primul sentiment este plăcut și sunteți mulțumit de ceea ce vedeți, puteți termina liniștit cursa mâinii dumneavoastră către portmoneu. Dacă sentimentul este o autocritică mai mult sau mai puțin severă, atunci vă sfătuiesc să nu dezarmați : continuați să căutați până găsiți ceea ce doriți și vi se potrivește.

Acolo unde sunt implicate sume mari de bani, este mai bine să nu aveți încredere în altcineva. (Agatha Christie)

Cămașa

Cămașa o alegeți în funcție de ceea ce doriți să transmiteți.

Când cumpărați o cămașă, aveți de urmărit :

- culoarea ;
- forma gulerului ;
- manșetele ;
- materialul.

Culoarea

O cămașă albă este varianta cea mai conservatoare, potrivită în orice situație. Culorile pastelate – bleu, galben, roz – și variantele lor în dungi fine aduc un plus de relaxare și comunicare atunci când susțin un costum

sobru, autoritar. Culorile mai sus amintite aduc un plus de rafinament în variantele lor cu dungi fine în combinație cu un costum uni.

Când alegeți culoarea cămășii, vă gândiți, pe de o parte, la mesaj, dar nu uitați să judecați în fața oglinzii dacă acea culoare vă stă bine.

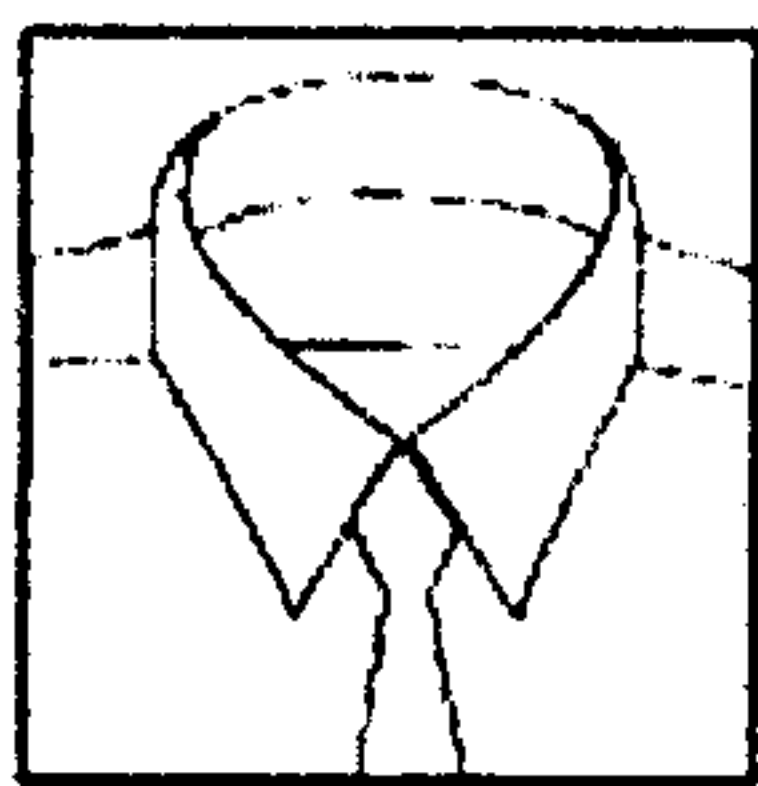
Ce înseamnă că o culoare „vine bine” ? În general, o culoare vine bine dacă vă dă un aer tonic, dinamic, sănătos, și nu unul palid, fără vlagă, tern.

De exemplu, un bărbat grizonant, cu un ten palid, care se îmbracă într-un costum gri-mediu și pune și o cămașă galben-pal – să zicem – este foarte posibil să arate ca un bolnav ce ar trebui să fie în pat, și nu la întâlnirea respectivă. Dacă ar alege un costum într-o nuanță mai închisă, care să dea un contrast mai puternic cu cămașa, și ar alege o cravată cu accente de grena (sau orice nuanță vitală, energică de roșu), cu siguranță că aspectul ar fi unul mai sănătos.

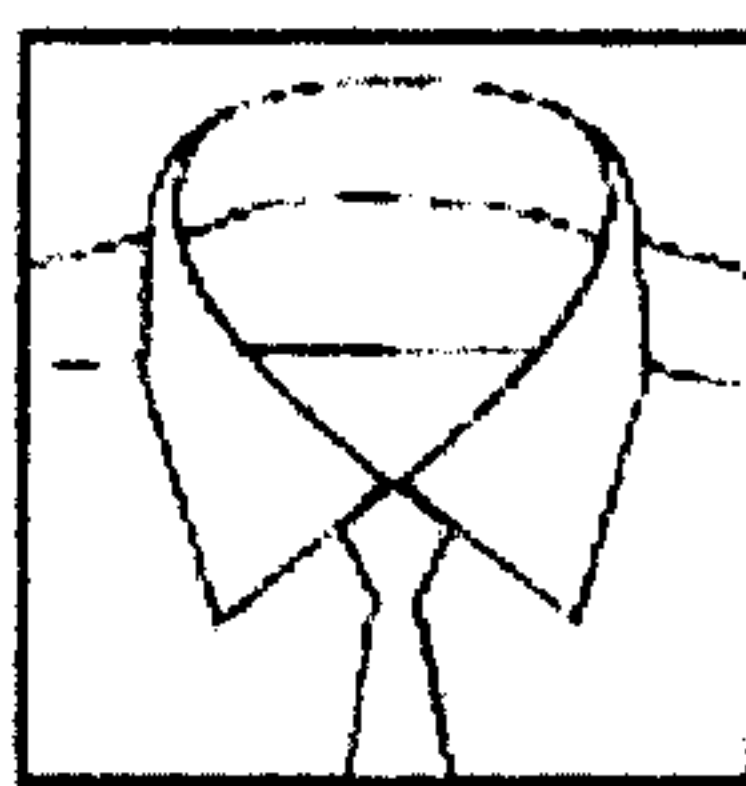
Sfat : Nu purtați cămăși închise la culoare. De ce insist să nu purtați cămăși în culori închise ? Pentru că scopul ținutei de afaceri este să atragă atenția asupra feței. În cazul în care costumul este închis la culoare, privirea partenerului e automat direcționată și atrasă de zona mai luminoasă, din apropierea feței. Dacă alegeți pentru cămașă și o culoare care vă „vine bine”, rezultatul va fi exact cel dorit.

Forma gulerului

În funcție de lățimea spațiului dintre colțurile gulerului, avem cămăși cu spațiu îngust (aripile gulerului apropiate) și cămăși cu spațiu larg (aripile gulerului depărtate).



Guler îngust



Guler larg

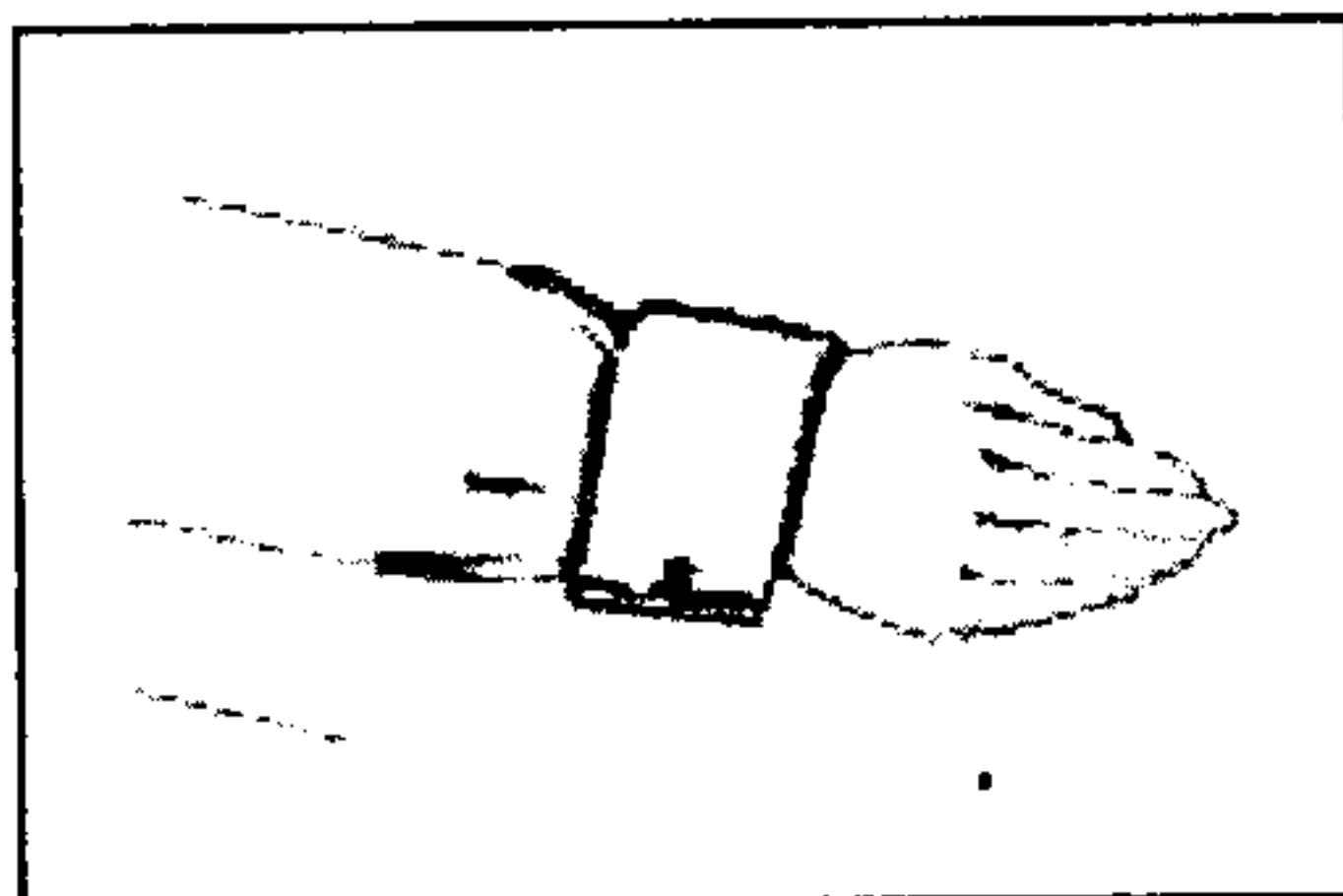
Aveți grijă ca spațiul dintre colțurile gulerului să fie total acoperit de nodul cravatei, la fel ca și primul nasture de pe guler.

Gulerele cu nasturi pe aripi nu intră în categoria vestimentației *business* de top. Sunt acceptate în variantele mai destinate, *casual*.

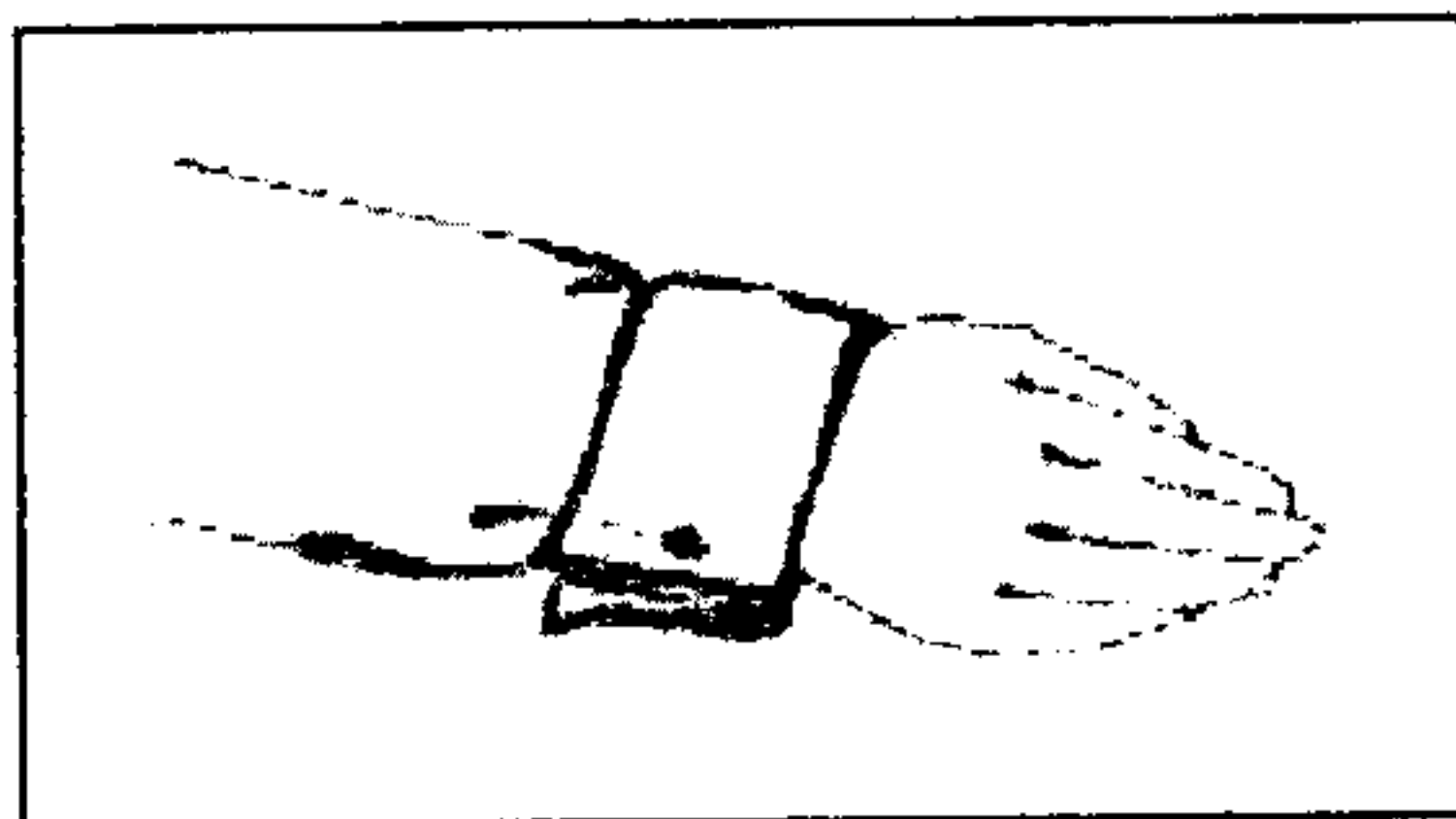
Cum se alege tipul de cămașă în funcție de guler? Un bărbat cu fața rotundă va evita să poarte cămăși cu spațiu larg între colțuri, pentru că acest lucru îl face să pară mult mai mare decât este. O cămașă obișnuită cu colțuri apropiate este varianta potrivită. Un bărbat slab, cu fața îngustă poate purta lejer o cămașă cu colțuri depărtate.

Manșetele

Cămașile pot avea mânecile încheiate cu nasturi sau cu butoni.



Manșete cu nasturi



Manșete cu butoni

Varianta din urmă este cea mai elegantă. Cu cât sunteți mai masiv, cu atât manșetele pot fi mai mari.

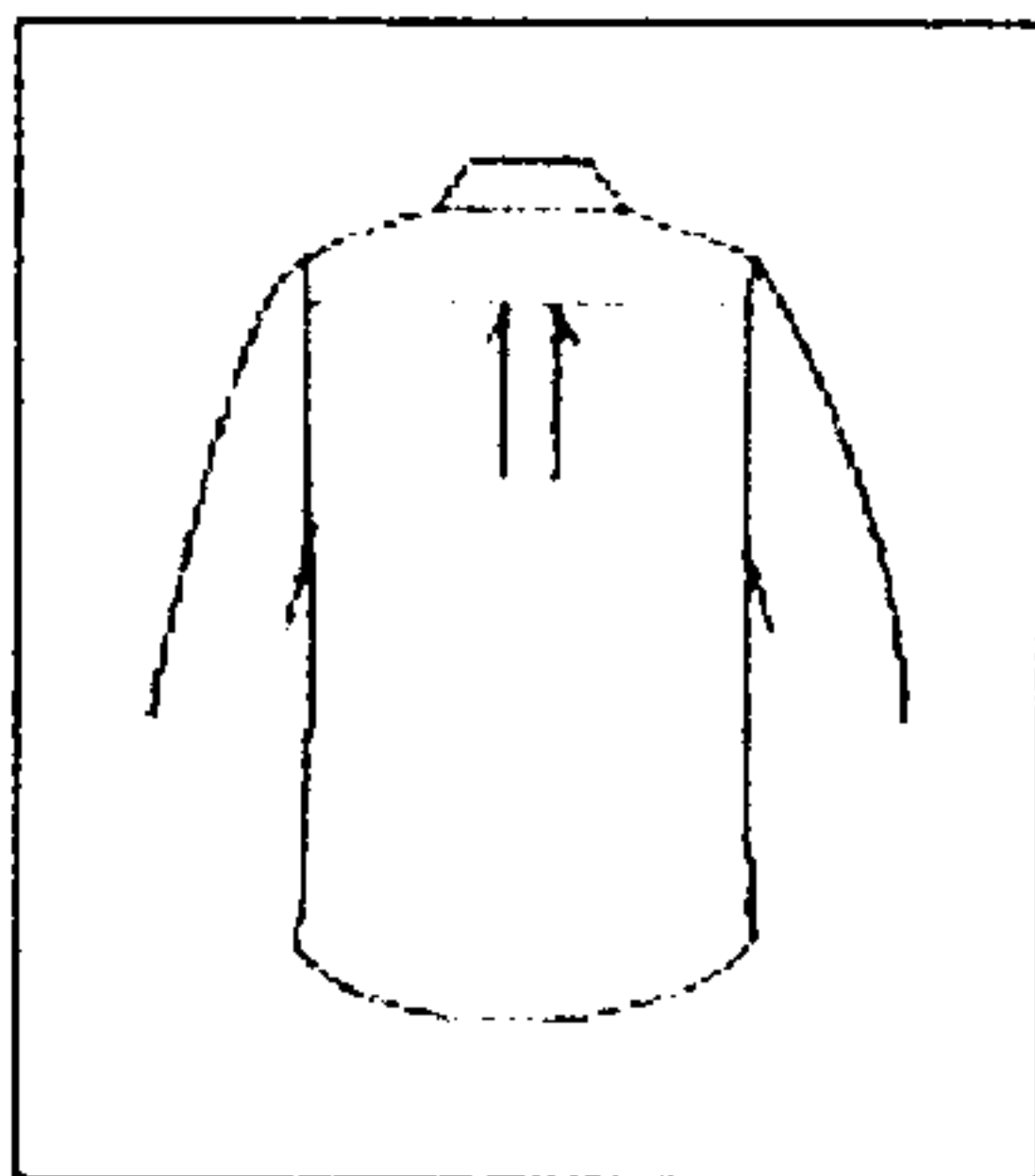
Când îmbrăcați o cămașă având manșete cu butoni, scopul este să se vadă butonii. De aceea, este foarte important ca mânecile sacoului ce urmează să fie purtat cu acest tip de cămașă să fie atât de lungi încât aceștia – butonii – să se vadă – nu să fie ascunși. De obicei,

mânecele sacourilor pentru cămășile care au manșete cu butoni sunt mai scurte decât sacourile obișnuite tocmai în acest scop. În consecință, pentru o cămașă cu manșete cu butoni, să aveți întotdeauna un sacou special care se potrivește la lungimea mânecilor.

Bineînțeles că la o cămașă trebuie să urmăriți cu atenție ca :

- gulerul să arate impecabil, fără crețuri sau cusături strâmbe ;
- manșeta să se vadă de sub mâneca sacoului cel puțin 1 cm.

Desfaceți întotdeauna cămășile și probați-le. Gulerul nu trebuie să vă strângă, pe spate trebuie să existe măcar un fald de material – care să vă asigure libertate de mișcare.



Pliul cămășii

Materialul

Sunt sigură ca știți ce voi spune : singurul material recomandat este bumbac 100% – 100% natural. Bumbacul vă face să vă simțiți bine pe durata întregii zile. Unii vă vor spune că bumbacul 100% nu este o alegere fericită pentru că materialul se șifonează repede. Chiar dacă este așa, nu renunțați la confortul personal. Dacă sunteți atent, puteți găsi cămăși care împacă aspectul cu confortul. Astfel :

- există materiale speciale (din ce în ce mai răspândite), cu un finisaj „neșifonabil” – întotdeauna scrie pe etichetă ! Iar dacă nu scrie sau nu sunteți sigur, întrebați în mod expres vânzătorul ;
- se pot folosi la spălat și clăcat produse care ajută ca haina să nu se șifoneze pe durata întregii zile, menținând aspectul impecabil al cămășii. Cereți-i persoanei care se ocupă de întreținerea cămășilor dumneavoastră să acorde atenție acestui aspect.

Evitați eventualele alergii și indispoziții pe care vi le pot provoca diferite variante de materiale sintetice folosite pentru cămăși.

Variantele sunt ieftine... Din nou – ieftine... dar nu potrivite scopului dumneavoastră.

Sfat : Deși mulți bărbați neglijează acest aspect, vă recomand să luați în considerare purtarea unui tricou de bumbac pe sub cămașă. Absoarbe transpirația, astfel cămașă dumneavoastră rămâne proaspătă mai mult timp.

Și iată al treilea principiu vestimentar :

PV #3. „Cu cât mai mică e suprafața de piele expusă privirii, cu atât ținuta este mai elegantă”.

Interpretarea în limbajul nonverbal a pielii expuse este următoarea : expunerea pielii duce la o poziție de inferioritate pe scara autorității. În același timp, expunerea brațelor în cazul unui bărbat poate crea următoarele efecte :

- dacă brațele sunt musculoase, expunerea lor poate fi interpretată ca o formă voită de intimidare ;
- dacă brațele sunt nearmonios dezvoltate, bărbatul respectiv se plasează singur într-o poziție incomodă.

Acest principiu interzice purtarea cămășilor cu mâneci scurte în împrejurările de afaceri. De ce ? Dacă nu purtați sacou, încălcați PV #3, arătându-vă brațele.

Dacă purtați sacoul, pare ciudat să nu se vadă manșetele cămășii. Cel din fața dumneavoastră probabil că vă va privi cu interes mâinile întrebându-se... unde-s manșetele.

Cămășile cu mânecă scurtă dezechilibrează orice ținută *business*.

Câte cămăși ? Evident, minim una pentru fiecare zi a săptămânii.

Cravata

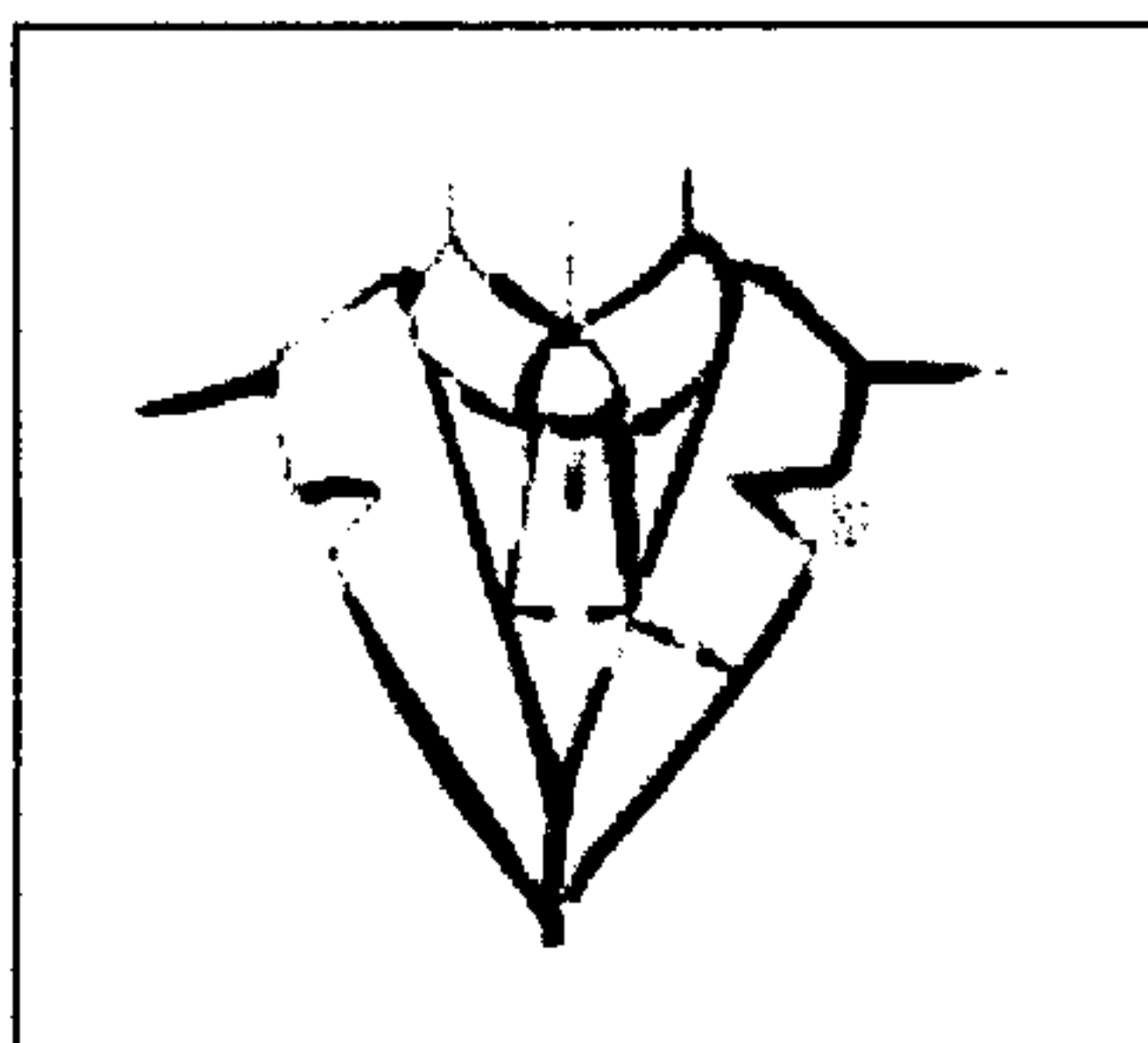
Cravata este declarația dumneavoastră de personalitate. Cravata nu are nici un scop practic, ci, unul pur estetic.

Cravata vă arată starea dumneavoastră de spirit din ziua respectivă sau cea pe care doriți să o proiectați. Cravatele sunt uni, cu dungii sau cu imprimeuri. Cravatele cele mai valoroase sunt cele din mătase naturală. Dacă nu puteți găsi ușor așa ceva, primul test al unei cravate este tușeul. O cravată bună trebuie să fie fină, moale, nu țeapănă. Atunci când o lăsați să cadă vertical, să nu se comporte ca o bucată de tablă. Cum alegeți culoarea ? Culoarea cravatei se asortează :

- cu dungile din costum ;
- cu dungile din cămașă ;
- pe principiul asortării culorilor (ton în ton sau contrast) când costumul și cămașa sunt uni.

Dacă aveți o cămașă uni, atunci culoarea cravatei poate fi asemănătoare culorii cămășii. Evitați să purtați o cravată de o culoare absolut similară cu cea a sacoului.

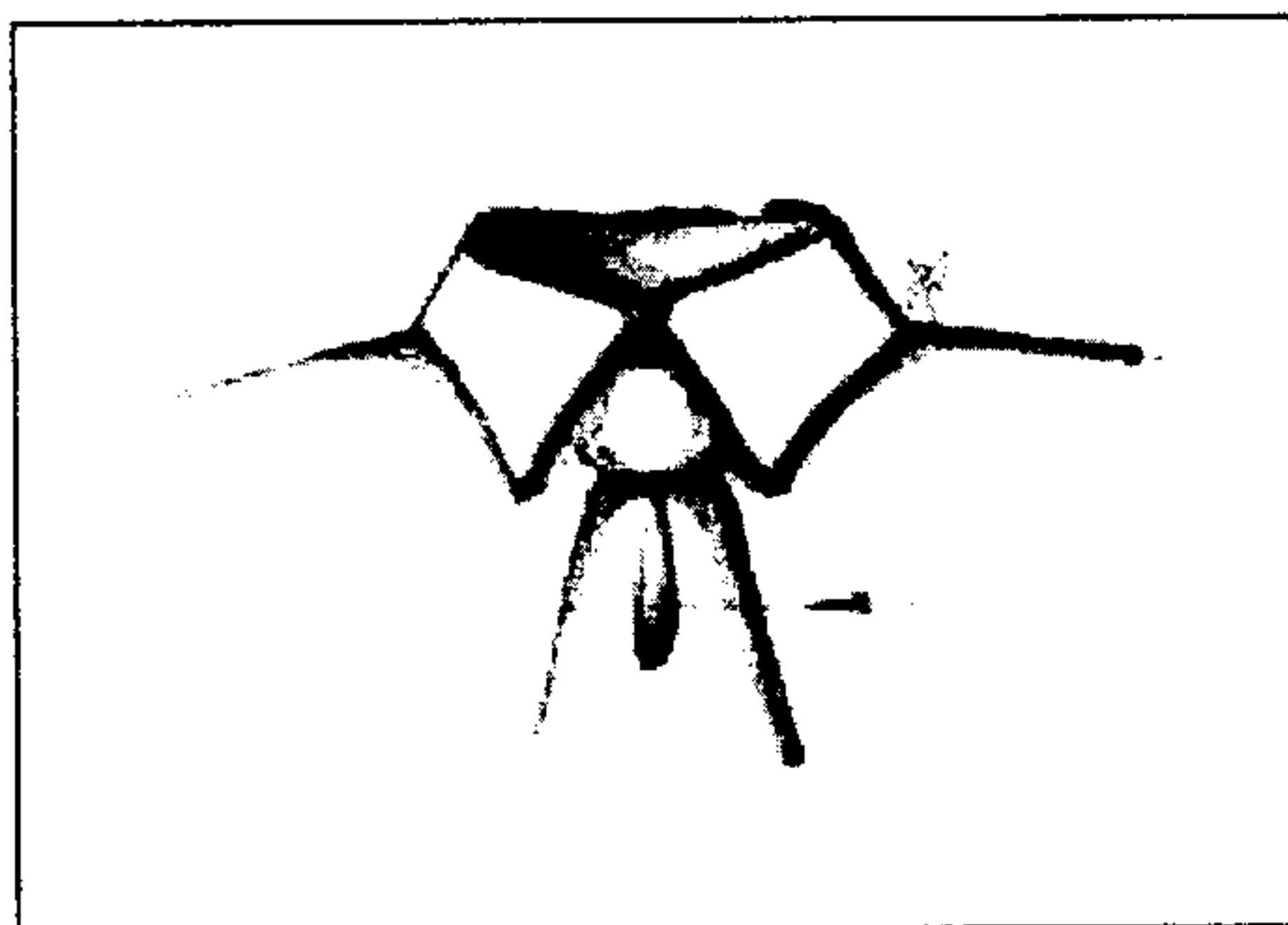
Vă voi menționa acum două dintre cele mai frecvente greșeli observate la alegerea cravatelor : ele privesc lățimea cravatei și lungimea ei. Este foarte important să dați atenție lățimii cravatei. Alegeți lățimea cravatei apropiată de lățimea reverelor sacoului cu care este purtată.



Lățimea cravatei

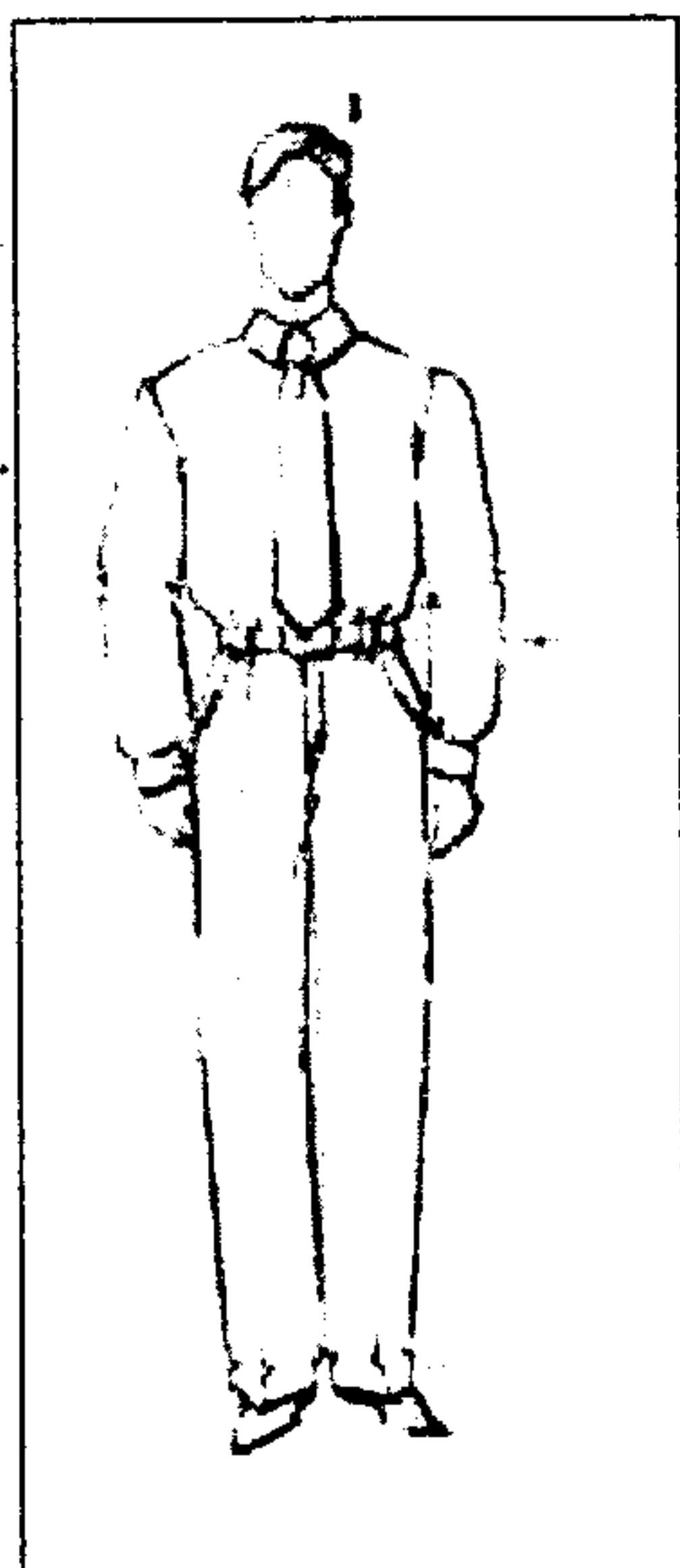
De aceea, este bine ca, atunci când achiziționați un costum, să vă cumpărați și cel puțin o cravată.

Foarte important este tipul de nod al cravatei. Așa cum am spus, trebuie să umple complet spațiul dintre aripile gulerului cămășii. Nodul obișnuit este potrivit gulerelor cu distanța mică între aripi. Nodul Windsor, fiind mai voluminos, este potrivit gulerelor cu distanța mare între aripi. Nu sunteți sigur cum se face fiecare dintre ele ? Întrebați-mă și vă voi răspunde. Nu uitați de gropița de sub nodul cravatei, care este semnul distinctiv al unui bărbat care știe să facă un nod corect !



Gropița cravatei

Ca lungime, cravata trebuie să atingă partea superioară a cataramei. Uitați-vă în jurul dumneavoastră când vă aflați într-o zona aglomerată și veți vedea destul de mulți



Lungimea cravatei

bărbați care nu dau deloc atenție acestui detaliu – lungimea cravatei... O cravată mai scurtă amintește de clovnii de la circ, văzuți când eram copii. ...Iar o cravată prea lungă creează o impresie neplăcută atunci când vă așezați.

Nu-mi plac clipsurile de cravată. De ce nu sunt o susținătoare a clipsurilor de cravată? Pentru că „întrerup” linia verticală ascendentă pe care o dă cravata.

Dacă, pe de o parte, cravata are rolul de a ascunde linia nasturilor unei cămăși, mai importantă este direcționarea adusă de linia verticală care conduce ochiul către față. Dacă totuși țineți neapărat să vă etalați o bijuterie cum este clipsul de cravată, măcar poziționați-o în unghi de 45 de grade ascendent, în jumătatea inferioară a cravatei.

Pentru fixare, un ac de cravată ar fi mai potrivit dacă țineți neapărat. Dar la ac de cravată trebuie să purtați vestă.

Deși domnii nu dau atenție în ziua de azi acestui lucru, un strop de rafinament este dat de un lucru extraordinar de mic: batista de la sacou. Făcută din mătase sau în, aceasta transformă un bărbat corect îmbrăcat într-un bărbat cu o înfățișare rafinată. Nu asta doriți? Batistele din mătase fiind moi, pot forma ușor falduri, cele din in se folosesc pentru variantele de batiste la care aveți nevoie ca materialul să stea drept. Culoarea batistei este asortată (ton în ton sau contrast) cu un detaliu din cravată.

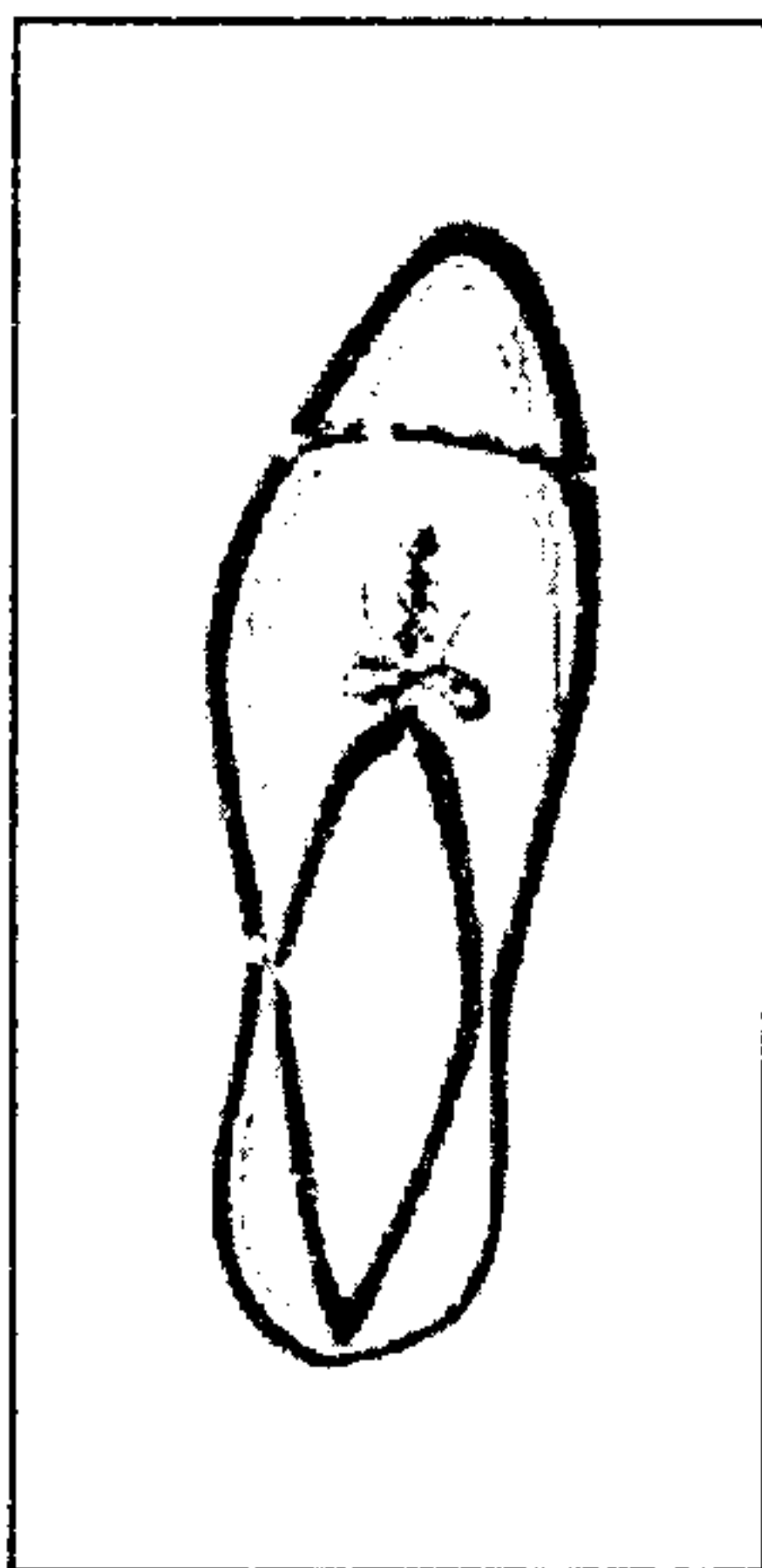
Nu știți cum se împăturește corect o batistă pentru buzunar? Întrebați-mă și vă voi răspunde.

Pantofii

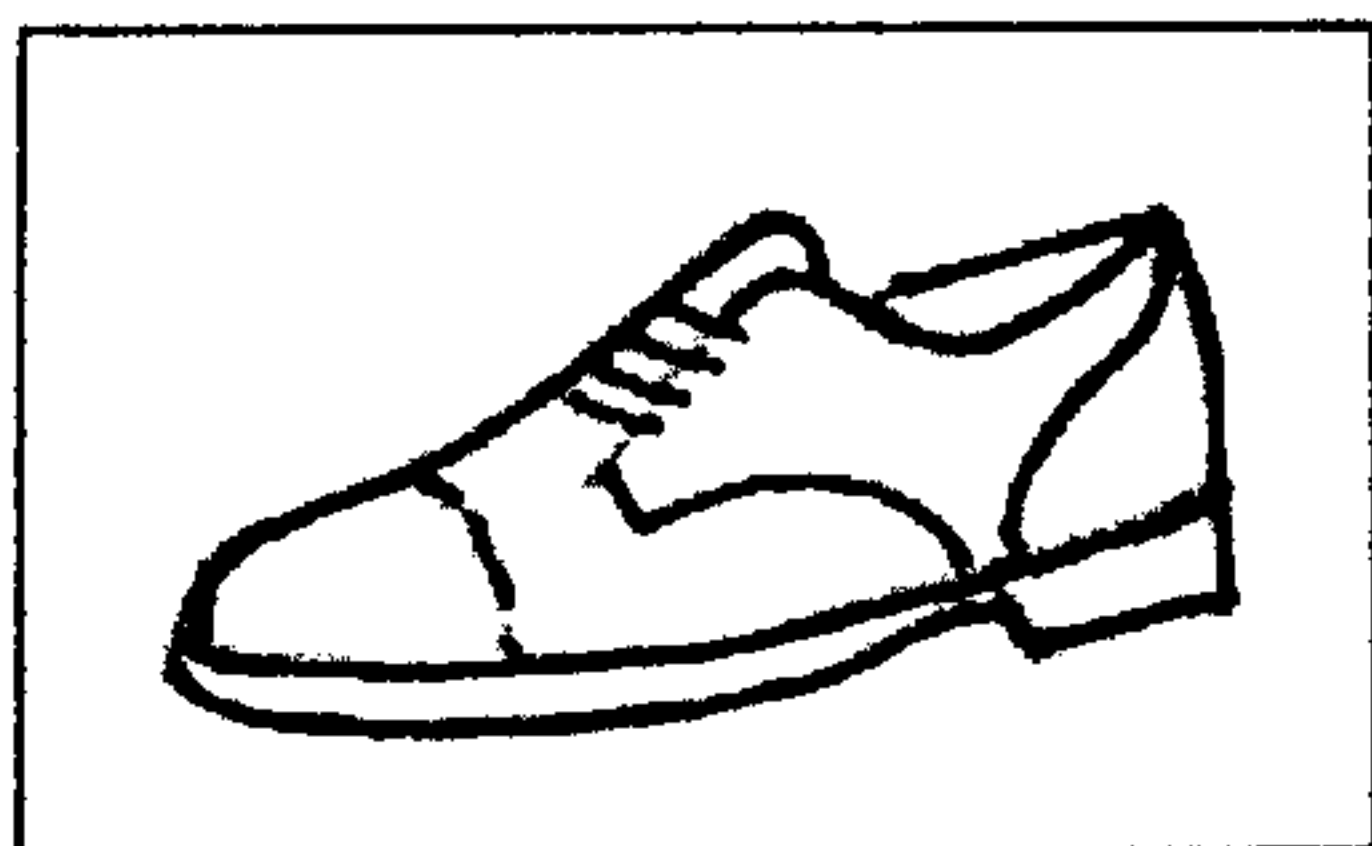
În explozia de modele de pantofi, un lucru rămâne sigur : „cu cât mai simplu, cu atât mai potrivit”. În tot ce vom vorbi mai departe, presupunem că toți pantofii sunt din piele, de bună calitate. (Dacă se poate, cu talpa din piele... Problema nu este neapărat de preț, ci „Unde îi găesc ? ...”.) Regula culorii pantofilor este : pantofii sunt mai închiși la culoare decât pantalonii. Singurele culori acceptate pentru scopul nostru vestimentar sunt : negru, bleumarin, coniac (maro roșcat sau burgundy).

Pantofii clasici pentru ținuta *business* sunt pantofii cu vârf, cu șireturi. Talpa este subțire.

Totul este foarte bine finisat, cu un aspect impecabil.



Pantofi cu vârf



Pantofi lateral

Cu cât pantofii pe care doriți să îi cumpărați sunt mai îndepărtați de această formă clasică, cu atât ar trebui să vă puneți întrebarea dacă îi folosiți în alte ocazii decât în cele de afaceri.

Atenție la grosimea tălpii. Evitați talpa mai groasă de 7 mm și tocurile mai mari de 2 cm. Dacă nu găsiți pantofi cu talpa de piele, măcar să nu țipe „Eu sunt înlocuitor!” – adică să fie exact în nuanța pantofilor, fără nici un alt ornament.

După aceste teste eliminatorii, nu uitați să îi probați cu atenție. Oricât de valoroase sunt materiale din care sunt făcuți pantofii, scopul dumneavoastră principal atunci când vă hotărâți să cumpărați este să vă fie comozi. Felul în care îi simțiți în picioare este esențial. Ceea ce înseamnă croiala pentru un costum este calapodul pentru pantofi.

Așa cum există croieli care nu au nici o legătură cu realitatea fizică a corpului dumneavoastră, la fel pot fi calapoade ce nu au nici o legătură cu realitatea fizică a picioarelor dumneavoastră. Prin urmare, nu cumpărați nici o pereche de pantofi pentru care aveți cea mai mică

obiecție. Țineți cont că, oricât s-ar lăsa pielea, pantofii nu vor fi niciodată mai lungi decât inițial. Poate se lasă pielea pe lărgime, dar în lungime niciodată.

Mare atenție la probă. La urma urmei, îi veți purta cel puțin zece ore pe zi. Este bine să probați pantofii la sfârșitul unei zile de muncă, astfel încât să vă vină bine în condițiile de „picioare obosite”. Dacă atunci vă vin bine, cu atât mai mult vă veți simți comod în pantofi dimineața, la prima oră.

Pantofii atrag privirea oricui, în aceeași măsură ca zona gulerului – cunoaștem cu toții acest clișeu. Există o idee încetățenită... „Cunoști cât de atent este cineva la detalii cercetându-i pantofii.”

Din momentul în care i-ați cumpărat, aveți o obligație zilnică : pantofii din picioarele dumneavoastră trebuie să fie permanent proaspăt lustruiți.

...Praf ? ... Noroi ? ... Tocuri tocite ? ... Evident, *nu*... Evident, *niciodată*.

Și, pentru că trebuie să lăsați pantofii cel puțin o zi să se relaxeze între două purtări succesive, să aveți întotdeauna cel puțin trei perechi de pantofi bune de purtat.

Ghetele

Pentru anotimpul rece, ghetetele nu sunt altceva decât o pereche de pantofi cu carâmbul puțin mai înalt. Nu ghete de schi, nu galoși, nu tălpi imense de cauciuc. În momentul

când stați în picioare, aceste ghete arată, de fapt, ca o pereche de pantofi obișnuiți. În rest – aceleași condiții de calitate și simplitate ca la pantofi.

Cureaua

Cureaua trebuie să fie din piele naturală, *exact în culoarea pantofilor*.

Alegând aceeași culoare pentru pantofi și curea, ținuta capătă echilibru, un aspect unitar. Bineînțeles că, atunci când se produc modificări dimensionale (când slăbiți sau vă îngrășați), este necesar să schimbați curea, ca să nu rămână la vedere vechea circumferință a taliei imprimată în curea.

Lățimea optimă a curelei este cu 2-3 mm mai mică decât lățimea găicilor pantalonilor. Alegeți modele de *curele simple*, evitându-le pe cele împletite sau cu ornamente greoaie. Catarama trebuie să fie cât mai discretă, atât ca mărime, cât și coloristic. Sunt absolut interzise toate cataramele care au inscripții, dimensiuni uriașe, ținte, capse, ș.a.m.d.

Șosetele

Regula șosetelor este că ele se asortează cu pantalonii, cu o nuanță mai închisă. Așadar :

- pantaloni negri – șosete negre ;
- pantaloni *navy* – șosete *navy* sau negre.

În nici un caz șosete *navy* la pantaloni negri. Șosetele trebuie să fie simple, fără modele și inscripții, de grosime adecvată costumului. Esențială este lungimea lor : când vă așezați pe un scaun – eventual când stați picior peste picior –, dacă obișnuiți. *Nu* trebuie să se vadă nicidecum pielea piciorului ! Amintiți-vă regula PV #3 !

Materialul – ați bănuț – bumbac 100 % ! Ca motivație, vă invit să faceți un test : purtați o zi întreagă o pereche de șosete din poliester, în următoarea zi o pereche de șosete din bumbac. După acest test nici măcar nu este nevoie să explicați în cuvinte de ce ați ales bumbacul ! Și noi știm de ce. (Specialiștii au arătat că bumbacul absoarbe de două ori mai multă umiditate decât alte fibre ; acest lucru vă asigură confortul pe care l-ați simțit.) Grosimea șosetelor trebuie să fie în concordanță cu anotimpul, dar și cu grosimea stofei pantalonilor.

Paltonul

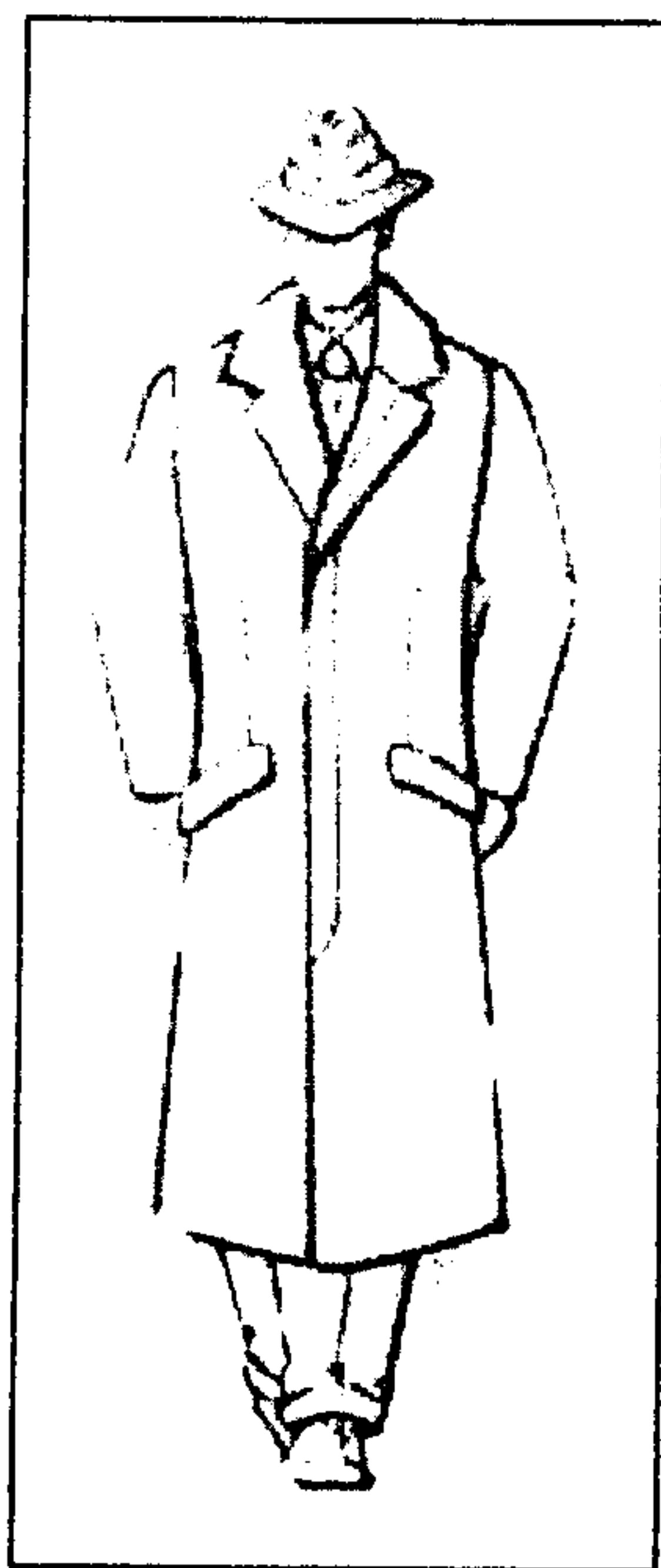
Acordați atenție paltonului pentru vreme rece. În aceeași explozie de modele, doar câteva respectă „regula clasicului – arată la fel de modern și peste ani buni”. Este

vorba despre modelul Chesterfield (vezi schița), în varianta la un rând, la două rânduri, cu guler din catifea sau nu.

Alegerea se face ținând cont de faptul că se probează peste sacou. Iar zona gulerului trebuie să arate impecabil.

Mânecele paltonului trebuie să fie destul de lungi încât să nu se vadă deloc manșeta cămășii.

Materialele sunt închise la culoare, cu desen în țesătură (brăduți) sau simple. De mare importanță este lungimea acestor paltoane – trebuie să se termine chiar sub genunchi sau la maxim 15-18 cm sub genunchi. Paltoanele



Palton

care se termină deasupra genunchiului creează dezechilibru. Dacă se încearcă variantele obișnuite de paltoane acceptate, la un rând sau la două rânduri și cu mâneca raglan, acestea trebuie să fie destul de largi ca să nu șifoneze sacoul. Regulile pentru paltoane se respectă și în cazul trenciurilor – acele haine mai subțiri, pentru perioada ploioasă, dar nu neapărat friguroasă.

Este evident că nu puteți purta în situații profesionale nici o haină care se termină deasupra genunchiului sau care nu făcută din materiale valoroase.

În acest punct, mă aflu în momentul de cumpănă al cărții. Simțul unității mă obligă să continuu cu subcapitolul ce urmează. Simțul secolului XXI mă obligă să mă întreb câți dintre dumneavoastră nu veți considera propunerea acestui subcapitol ca fiind total desuetă. Îmi asum acest din urmă risc și vă invit să continuați lectura. La urma urmei, unitatea unei ținute, frumusețea întregului desăvârșit merită înfruntarea prejudecăților.

Pălăria

Un bărbat îmbrăcat așa cum am descris până aici și cu capul descoperit într-o zi friguroasă are un aer „neterminat”. Este greu pentru un bărbat modern să accepte ideea unei pălării, cu atât mai puțin să o poarte – aceasta dacă judecăm după imaginea străzii. (Și totuși, cât stil,

câtă prestanță și câtă eleganță are un bărbat care știe să poarte o pălărie...) Dar sunt convinsă că această lipsă de experiență ar putea fi depășită. De dragul unității!

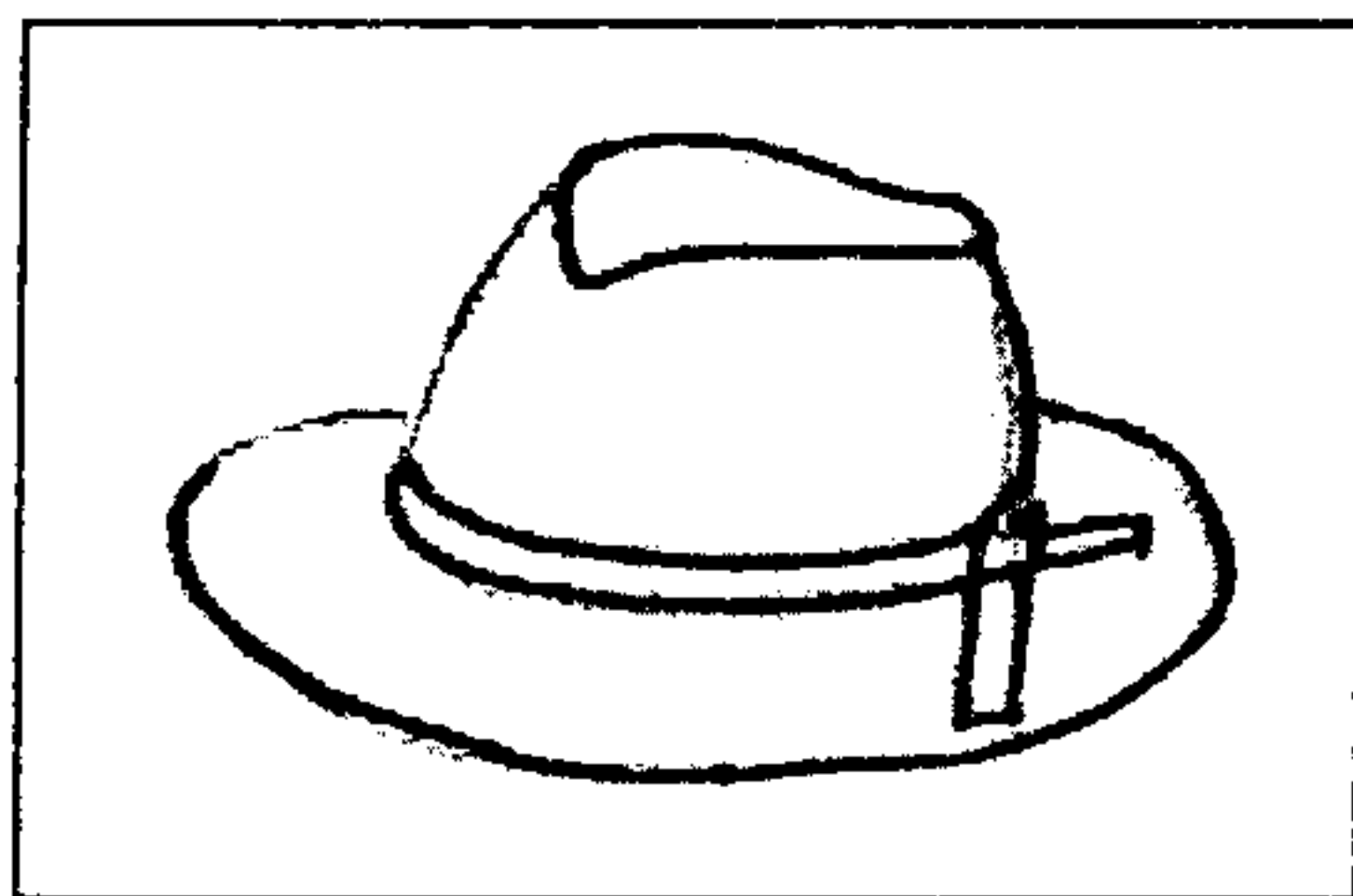
O pălărie trebuie să fie îndeajuns de largă încât să puteți introduce un deget între bor și partea de deasupra urechii. Unei fețe mici și înguste i se potrivesc borurile mici, cu calota joasă. O față plină are nevoie de boruri mai largi și o calotă mai înaltă. Culoarea se va potrivi cu cea a costumului sau a paltonului.

Pălăria neagră se potrivește cu o haină neagră, una gri se potrivește bine cu un palton *navy*.

Se poartă puțin înclinată în față, spre lateral – nu mai mult de 10 grade în ambele direcții.

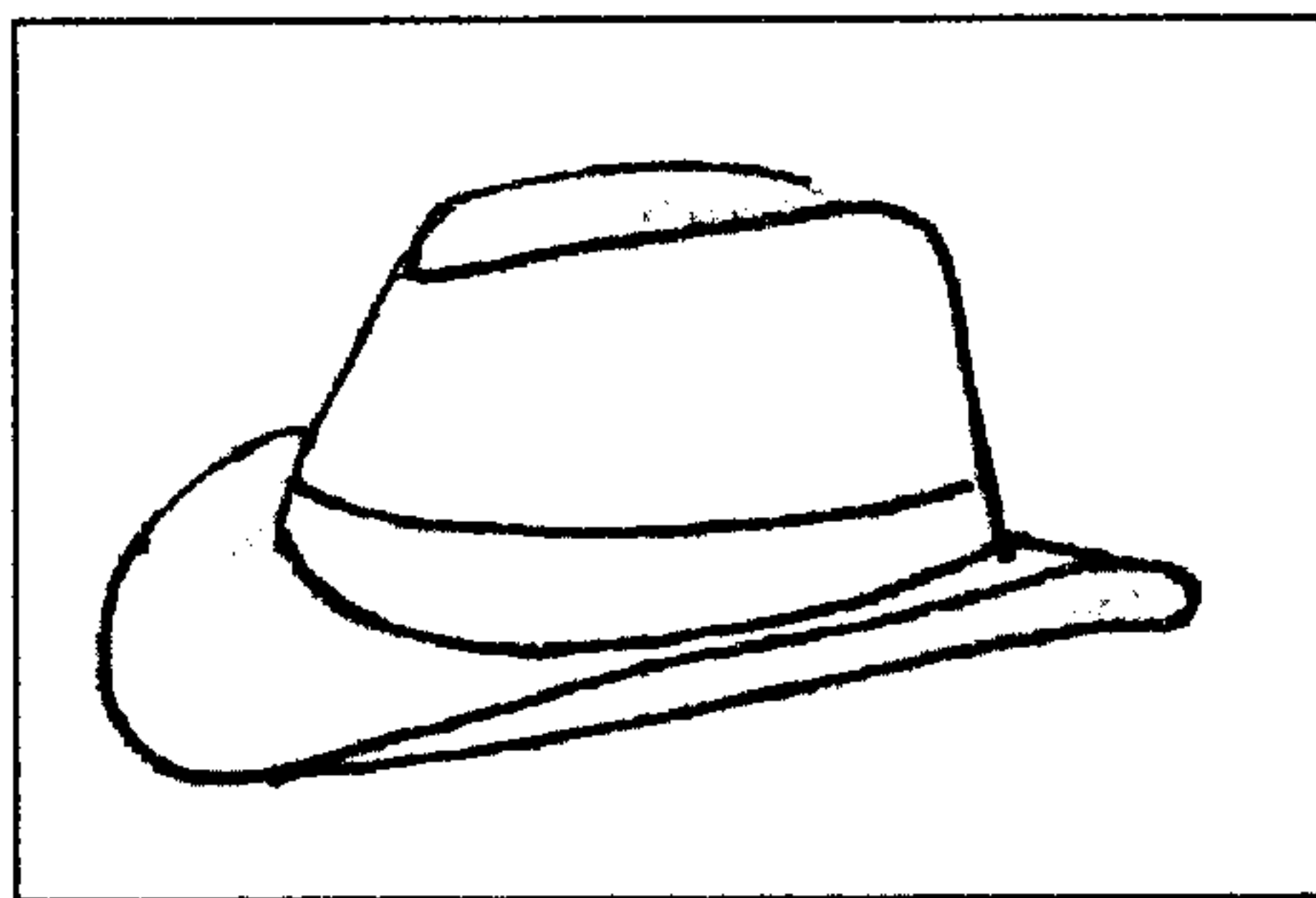
Cele mai răspândite modele sunt fedora și homburg, ambele din fetru. În nici un caz din material textil obișnuit – o astfel de pălărie din stofă este un hibrid cu aspect muncitoresc, nu are clasa pe care o căutăm noi.

Fedora este o pălărie cu borul anterior lăsat în jos, potrivită ținutelor de zi.



Pălărie fedora

Homburgul este o pălărie cu borurile călcate în sus de jur împrejur și rigide. Homburgul este potrivit ocaziilor formale, în care eleganța e accentuată



Pălărie homburg

Nu pot decât să vă încurajez să probați măcar o dată o pălărie într-un magazin. Nu vă lipsiți de această experiență. Cine știe, poate că vă veți obișnui cu imaginea dumneavoastră mai ușor decât credeți acum...

Accesorii ale ținutei profesioniste

Accesoriile pe care le alegeți le arată celorlalți care este propria atitudine față de dumneavoastră înșivă, cât de mult vă respectați și apreciați. Este teribil de simplu să vă cumpărați – de exemplu – un portofel banal de la primul magazin care vă iese în cale. Dacă însă vă hotărâți să păstrați unitatea și să nu cedați primului impuls, veți

investi. Niște timp și niște bani. Investiția vă va răsplăti atunci când, după multe luni de la achiziție, vedeți că portofelul arată la fel de bine, că nu v-au lăsat cusăturile, că forma compartimentelor rămâne aceeași. Nu vă veți enerva că iar a plesnit „plasticul”, că „agață” sau vă pune în situații jenante când își arată crăpăturile.

Servieta

Dacă alegeți o servietă din piele, se va păstra bine și va arăta bine tot timpul cât o veți folosi.

Cu o minimă îngrijire, aveți o servietă care nu vă va lăsa baltă nici după ani buni de folosire. O servietă din piele costă, dar merită!

Priviți cu atenție în jurul dumneavoastră!

*

Am întâlnit o doamnă excelent îmbrăcată, după toate canoanele impuse de vestimentația de afaceri. Dar m-a dezamăgit în momentul în care am văzut că avea o servietă din material textil. Îmi era evident că gafa nu avea cauze financiare. Era vorba sau despre o lipsă de atenție la detalii, sau... despre lipsă de educație vestimentară...

*

Nu riscați să ajungeți să fiți judecați la fel de partenerii dumneavoastră. Știți bine doar... Oricâte plusuri

am avea, un singur minus, dacă se vede, acela este memorat.

Nu trebuie decât să fim atenți. Și rețineți : de schimbat nu ne putem schimba decât pe noi înșine, nu prejudecățile celorlalți !

Mănușile

Mănușile trebuie să fie din piele fină și să se potrivească pe mâna dumneavoastră. Mănușile tricotate primite cadou de la soția dumneavoastră le veți purta în timpul liber. Mănușile din piele sunt căptușite cu un strat fin de bumbac. În cazul în care nu sunteți obligat să mergeți prin viscol, evitați mănușile exagerate, căptușite cu blană. Culoarea mănușilor trebuie să se potrivească cu cea a paltonului – griul este cea mai potrivită culoare.

Umbrela

Umbrela este bine să fie mare, generoasă, astfel încât să poată proteja de ploaie două persoane. Umbrelele care se strâng par practice, dar eleganța este dată de o umbrelă întreagă.

Culorile? Închise, uni pe cât posibil. Acele culori numite, în mod generic, „bărbătești”.

Bijuteriile

① *Butonii*

Aveți de ales între butoni din aur sau butoni din argint.

La o cămașă albă folosiți butoni aurii sau argintii. La o cămașă colorată folosiți butoni argintii. Modelul butonilor trebuie să fie simplu, discret.

② *Ceasul*

Ceasul este bijuteria unui bărbat.

Valoarea ceasului este declarația de clasă. Cu atât mai mult în lumea noastră, în care ceasul de la telefonul mobil ne pare a fi de ajuns.

Ceasul este cu atât mai elegant cu cât e mai plat și mai simplu. Cureaua trebuie să fie obligatoriu din piele naturală.

Având în vedere recomandările de culoare ale costumelor, cureaua neagră pentru un ceas este acceptată la orice costum. La o masă de negocieri, ceasul este un accesoriu care dă greutate autorității și eleganței strict masculine.

③ *Inelele*

Un singur inel este acceptat : verigheta, dacă e cazul. *Nu* brățărilor. *Nu* lanțurilor la gât. *Nu* inelelor pe degetele mici. Indiferent de cât de mulți bani pot costa. Fără nici o concesie !

④ *Batista*

Batistele sunt numai din bumbac, se poartă în buzunarul interior, de la piept, al sacoului. Este mai igienic să folosiți batiste din hârtie, dar trebuie să aveți o astfel de batistă din material, impecabilă, la dumneavoastră.

⑤ *Instrumentele de scris*

Sper că nu vi se pare ciudat să vorbim aici despre instrumentele de scris. Este foarte important să fiți atent cum arată stiloul, pixul sau etuiul în care sunt ținute. Închipuiți-vă cum arătați îmbrăcat după recomandările de mai sus. Și, în mijlocul unei întâlniri, scoateți un pix din plastic, poate chiar primit cadou de la cine știe ce firmă și deci inscripționat. Dacă „dă bine” sau nu hotărâți dumneavoastră.

În ceea ce privește instrumentele de scris : cumpărați lucruri de cea mai bună calitate. Ele vă fac imaginea. Sau v-o distrug.

De câte ori am ocazia, merg cu plăcere la lansări de cărți. De câte ori am cerut un autograf, am avut întotdeauna foarte plăcuta surpriză să văd că – în era plasticului – scriitorii folosesc cu eleganță clasicele stilouri cu rezervor și cerneală.

Sentimentul de autentic este remarcabil.

Cum se poartă?

În acest subcapitol vreau să stabilim cu claritate cum se poartă costumul de zi.

La un sacou cu doi sau trei nasturi păstrați întotdeauna ultimul nasture de jos deschis. Veți avea lejeritate în mers, dar mai ales atunci când vă așezați.

Acest ultim nasture deschis vă permite să hotărâți dacă deschideți și ceilalți nasturi – doar dacă vreți dumneavoastră într-adevăr acest lucru. Așa cum v-am spus și la secțiunea „Proba costumului”, atunci când vă deschideți nasturii sacoului, îi dați un semnal partenerului de discuții ca vă relaxați, că ați „lăsat garda jos”.

Faceți acest gest doar dacă într-adevăr doriți să transmiteți acest mesaj.

Am spus de nenumărate ori că aspectul general trebuie să fie impecabil, adică : îngrijit, curat, fiecare accesoriu la locul său. Respectați întru totul regulile vestimentare pe care le-am parcurs împreună. Apoi asortați-vă comportamentul potrivit.

Sfat : Dacă se întâmplă vreodată să faceți o gafă, nu vă scuzați în fața nimănui. Poate că nici n-o observă, la urma urmei. Iar dacă o observă, din felul în care vă tratează aflați multe despre omul respectiv. Important e ca dumneavoastră să nu gafați a doua oară.

Cum să faceți față cu grație unei mese de afaceri

O masă de afaceri cere mai multă stăpânire de sine și cunoaștere a regulilor decât o întâlnire de afaceri într-un birou ! De ce ? Pentru că o întâlnire în birou este deja în rutina dumneavoastră. O situație nouă – ca tratarea unor afaceri la o masă – vă pot face să vă simțiți nesigur pentru simplul fapt că ieșiți din rutina atotprotectoare.

De ce ar vrea cineva sau de ce ați vrea dumneavoastră să participați la o masă de afaceri ? În primul rând, pentru că se stabilesc relații mult mai calde, mai apropiate, mai umane. Marile hotărâri aici se iau, de obicei.

Și, în plus, este un motiv excelent de cunoaștere reciprocă în condiții de teren neutru. Pe acest teren neutru se manifestă cu adevărat valoarea fiecărui partener.

În continuare vom vorbi doar despre regulile vestimentare. Cronologic, puteți avea o masă de afaceri la prânz sau după ora 17.00 – și se va numi cocktail sau dineu după ora 19.00.

Prânzul de afaceri este formula cea mai obișnuită în care se pun la punct aspecte practice ale afacerilor. Din punct de vedere vestimentar, este de ajuns să fiți îmbrăcat în costumul cu care veniți în mod obișnuit la serviciu.

În ultima vreme, începe să fie preferată o discuție la un ceai. Protocolul întâlnirii rămâne la un nivel la fel de ridicat ca în cazul unui prânz, timpul este redus cel puțin la jumătate, se elimină problema meniului – după dieta fiecăruia. Se poate trece destul de repede la discuția propriu-zisă de afaceri (nu ca la un prânz obișnuit de afaceri). Un ceai de afaceri poate fi o opțiune de eficiență a timpului, fără a renunța la lucrurile bune pe care le implică o masă de afaceri.

O întâlnire de afaceri la un bar, după orele de program – ceea ce numim un *cocktail* – cere să fiți, în primul rând, proaspăt.

Dacă aveți timp, treceți pe acasă pentru un duș revigorant și o cămașă curată. Dacă nu aveți timp pentru așa ceva, schimbați-vă măcar cămașa la birou. Cu cât costumul este mai închis la culoare, cu atât mai bine. Nu

vă îmbrăcați mai lejer – chiar dacă vă tentează un sacou sport sau un pulover mulat.

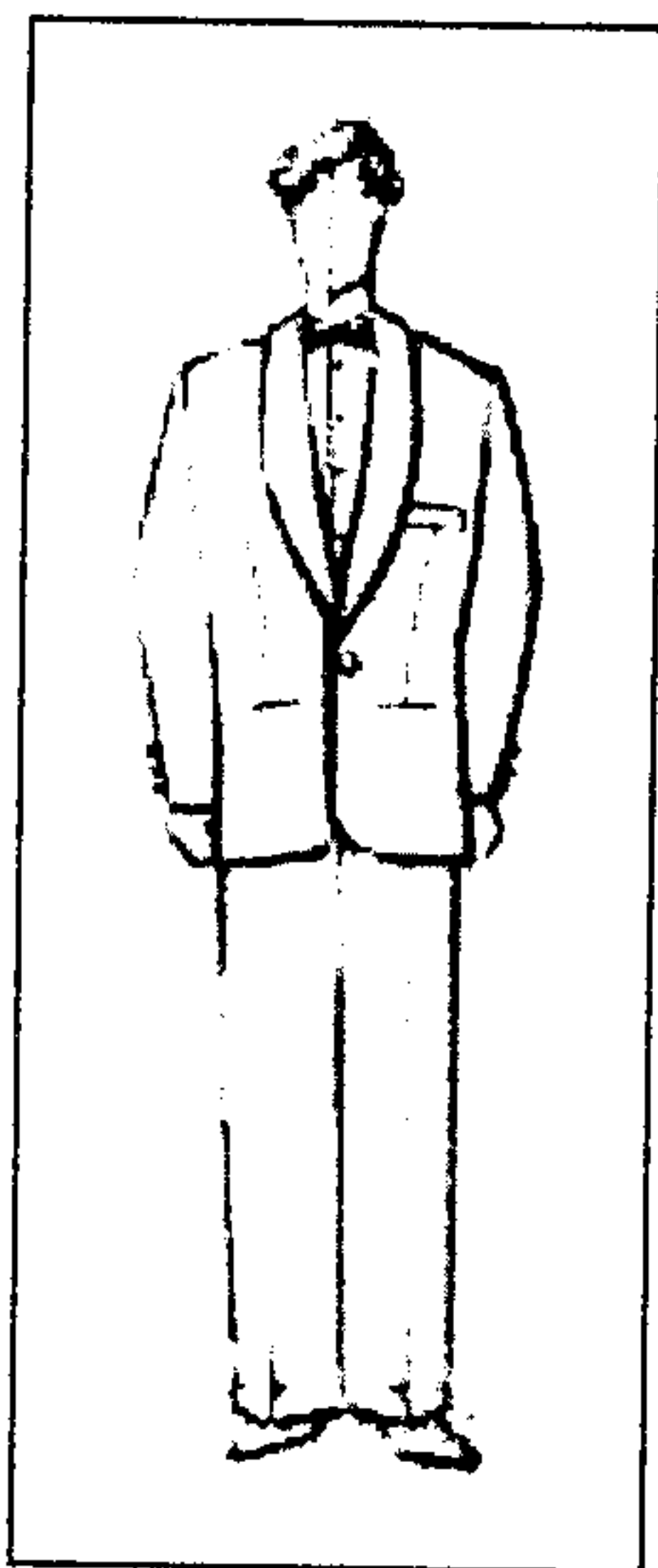
Principiul al patrulea, al „orei”, în ceea ce privește întâlnirile de afaceri vă spune :

PV #4. „Cu cât ora este mai târzie, cu atât mai elegant vă veți îmbrăca”.

Dineul este cea mai conservatoare variantă de masă de afaceri, care are un puternic caracter social – aici vă așteptați să fiți în cea mai bună formă, fără să încercați să vindeți ceva. Aici vă faceți cunoștințe noi, în cel mai rafinat mod posibil. Aici respectați întocmai ținuta – numită, în general, ținută de seară (sau *black tie*), ceea ce înseamnă smoching, cămașă albă cu papion, pantaloni cu vipușcă, pantofi de gală.

Ținuta *white tie* – cea mai protocolară variantă vestimentară – presupune adesea purtarea unui frac, cu papion și vestă albe, mănuși și pantofi de lac – balerini. Această ținută este rezervată exclusiv evenimentelor deosebite – recepții la nivel de ambasade, șefi de stat.

Revenim la ținuta de seară – *black tie*. *Smochingul* este obligatoriu negru, cu revere din satin. Poate fi la un rând sau la două rânduri de nasturi. Acestea sunt în varianta gulerului-șal, cu un nasture :



Smoching la un rând

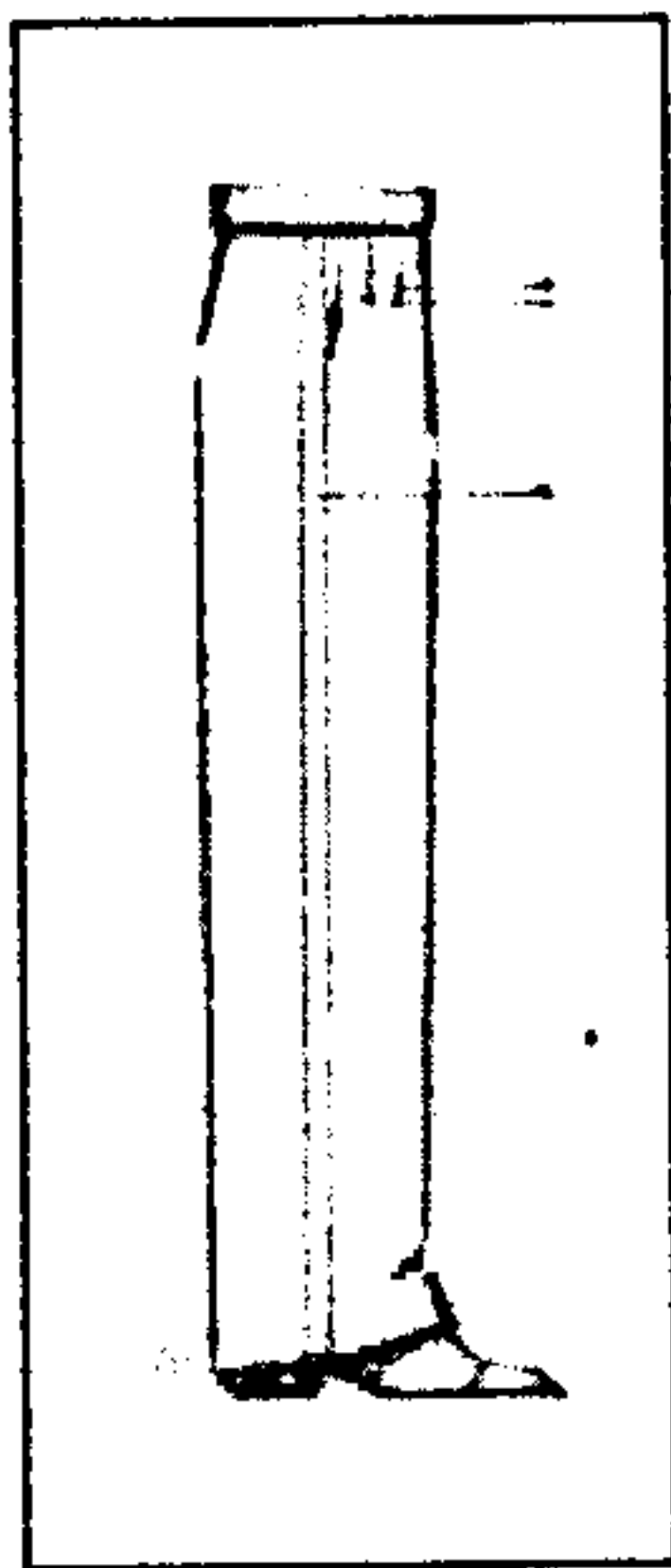
Acest model de sacou cu guler-șal are un caracter de totală eleganță și rafinament. Modelul accentuează talia, nu este recomandat persoanelor corpolente.

Smochingul în varianta reverelor cu guler-șpiț este modelul cel mai răspândit.

Smochingul nu are niciodată buzunare cu clape, ci doar cu refileți (bordate). Se recomandă ca smochingul să nu aibă șlițuri, sacourile fără șliț fiind considerate cele mai elegante. În mod normal, și nasturii sunt îmbrăcați cu satin, în aceeași culoare ca reverele.

Pantalonii trebuie să fie din același material ca sacoul. Croiala urmează forma naturală a piciorului. Pe lateral au vipușcă din satin negru. Dacă pantalonii nu au această

vipușcă, nu îi cumpărați. Ținuta cere acest accesoriu în mod expres. Pantalonii pentru smoching nu au niciodată manșete.



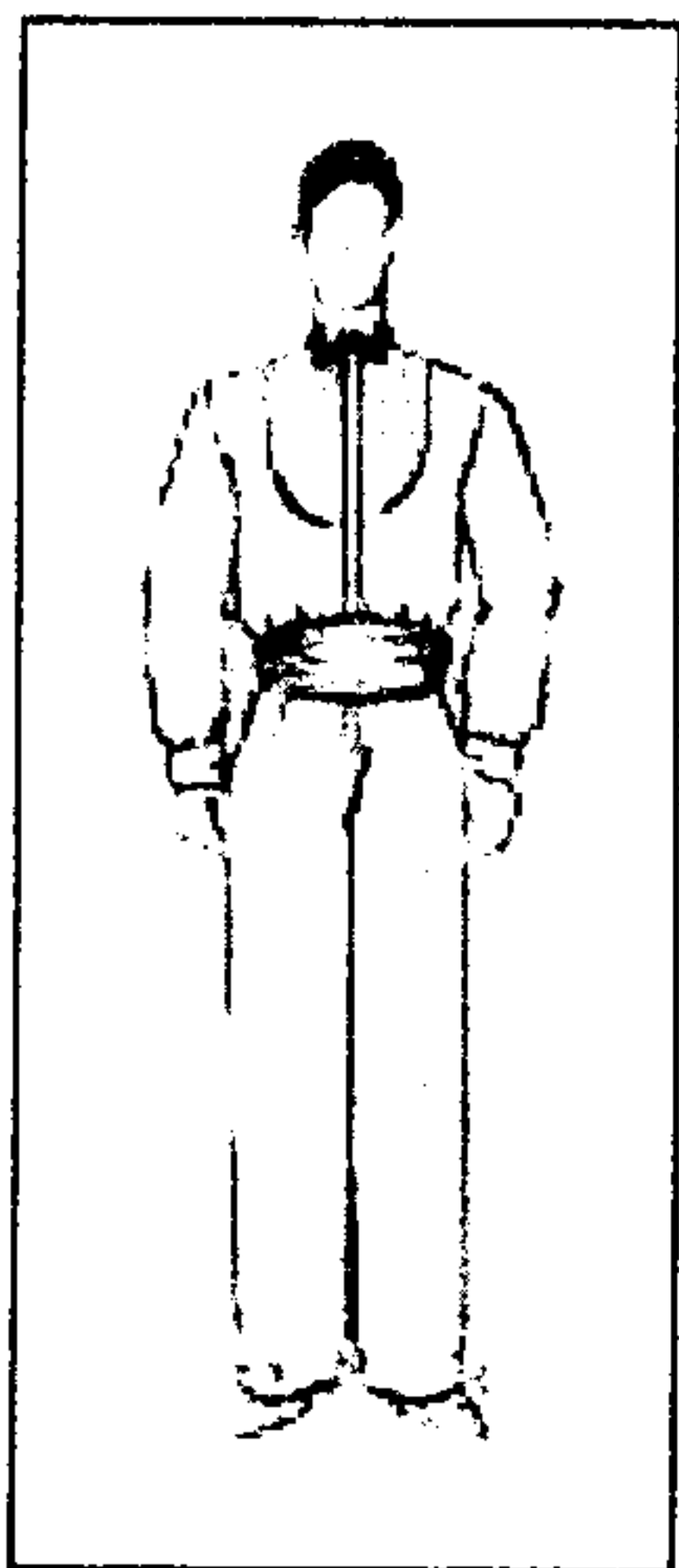
Pantaloni pentru smoching

Buzunarele verticale (nu cele oblice) sunt considerate a fi mai elegante. Pot avea pense/pliuri pentru un confort sporit.

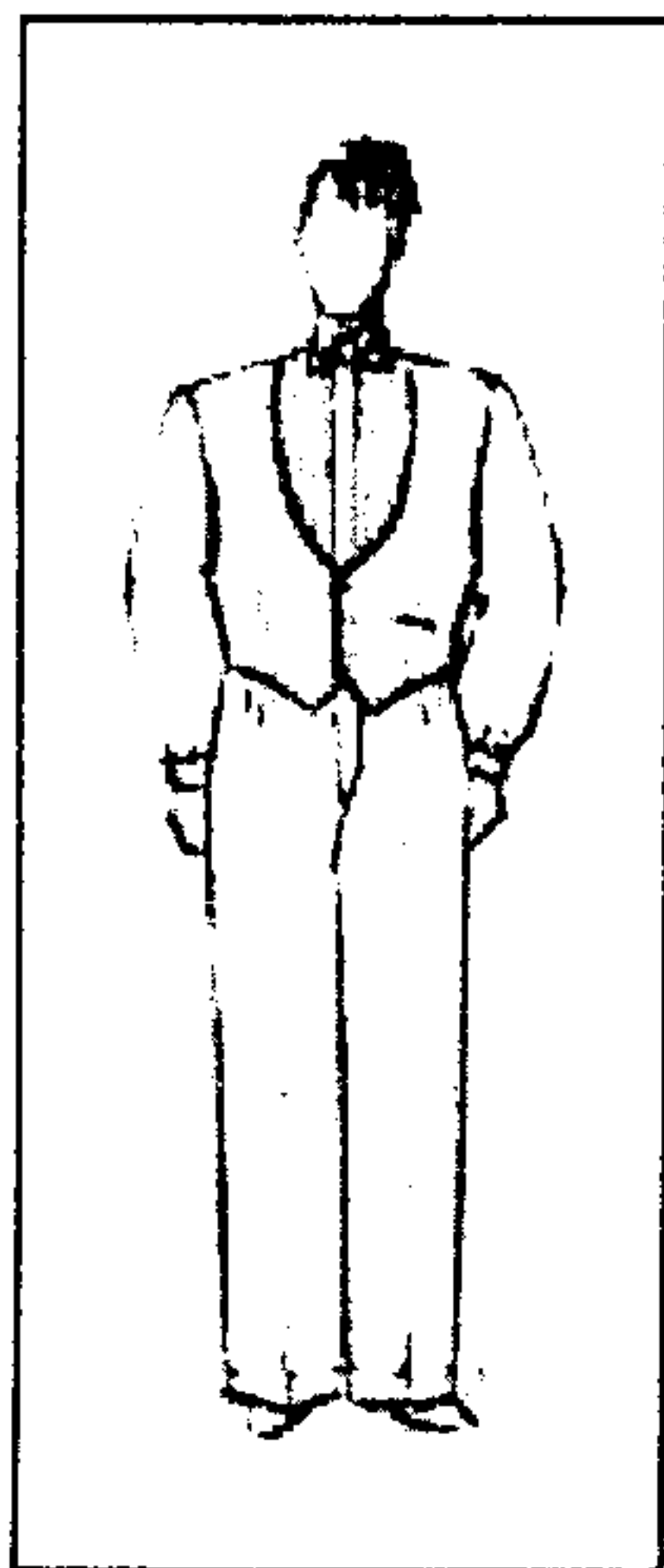
În general, când sacoul este la un rând de nasturi, cureaua se acoperă fie cu un brâu din satin, fie cu o vestă. Cureaua nu este lăsată niciodată la vedere. Se ascunde astfel :

1. dacă ați ales un smoching la un rând de nasturi, purtați brâu sau vestă ;
2. când se alege un smoching la două rânduri, acesta se poartă întotdeauna închis la toți nasturii – deci cureaua nu se vede.

Brâul are pliurile orientate în sus – pe vremuri se considera că acesta este locul foarte la îndemână unde se țineau bilete ce se prezentau la intrarea la un spectacol.



Brâu

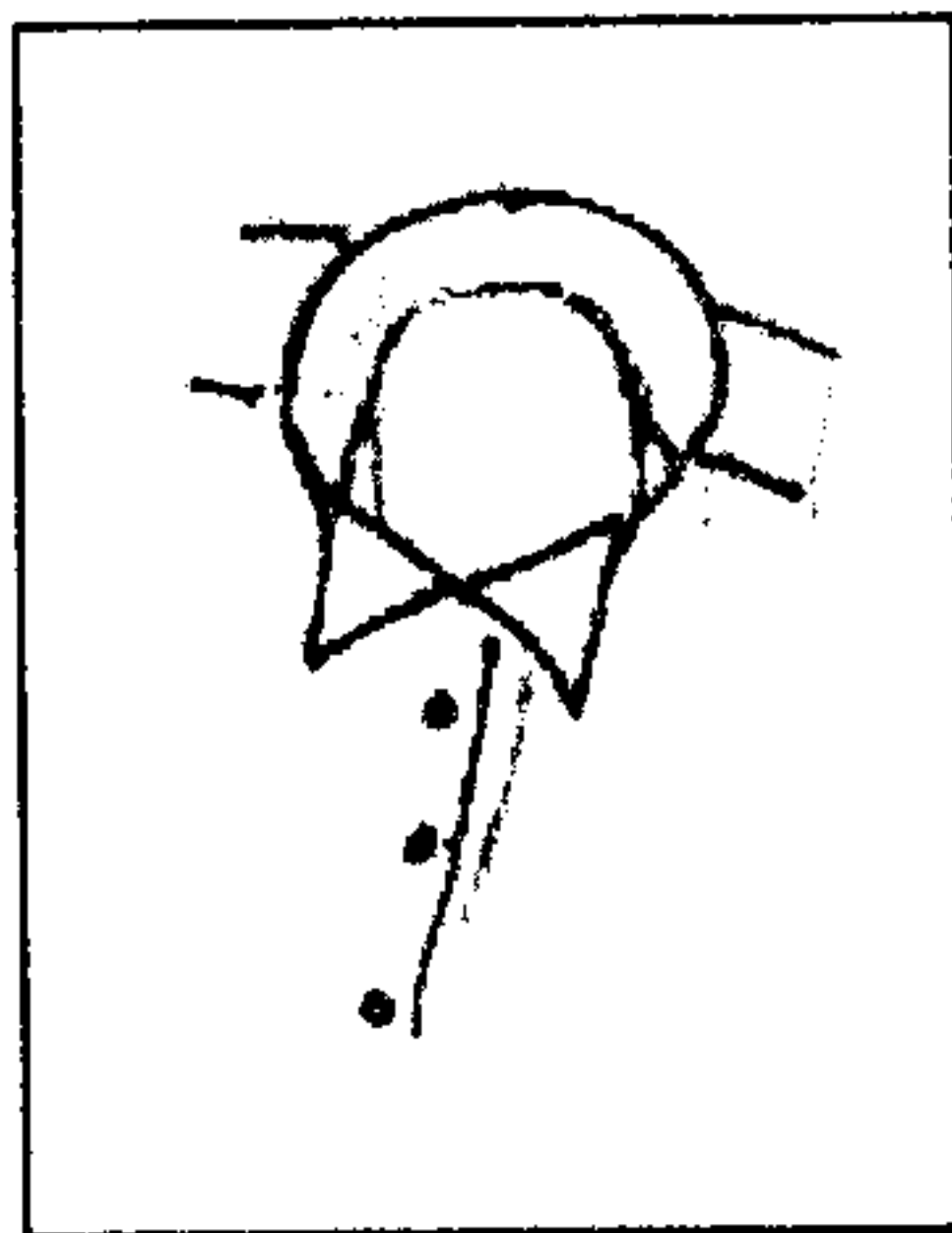


Vestă pentru smoching

Dacă nu vreți să purtați brâu, îmbrăcați o vestă foarte răscroită care nu ascunde cămașa.

Dacă nu vreți să purtați brâu sau vestă ori conformația nu vă permite, alegeți un costum la două rânduri. Smochingul se va purta închis la toți nasturii când stați în picioare. Cu un sacou la două rânduri nu purtați niciodată vestă sau brâu pentru că v-ar „rotunji” mult prea mult.

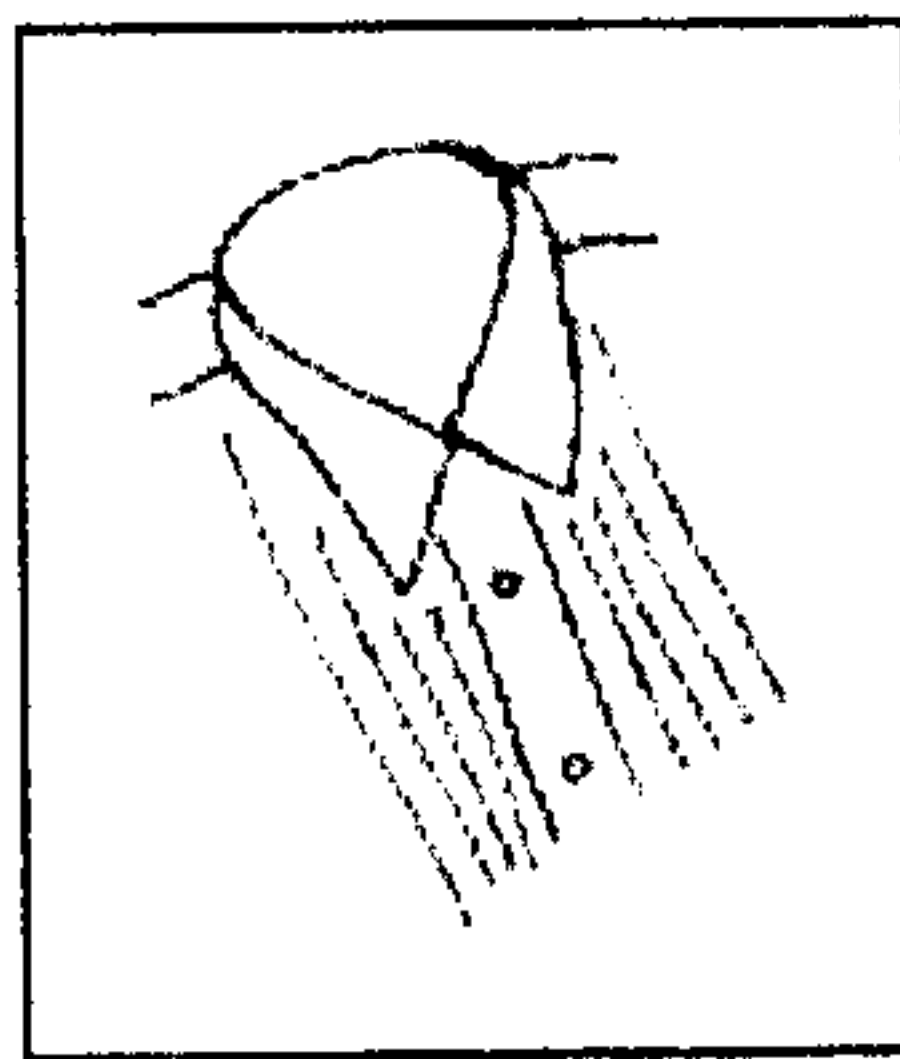
În ce privește *cămașa*, există două modele dintre care puteți alege. O variantă este cea cu guler scurt pentru papion și manșete simple :



Cămașă pentru papion

Această variantă se potrivește persoanelor cu gâtul lung.

Altă variantă este cămașa cu guler normal, cu cute pe piept și mâneci cu manșete.



Cămașă pentru smoching

Cămășile sunt speciale. Ce le face deosebite de cămășile de fiecare zi? În prima variantă, pe fenta feței, în loc de nasturi, au capse.

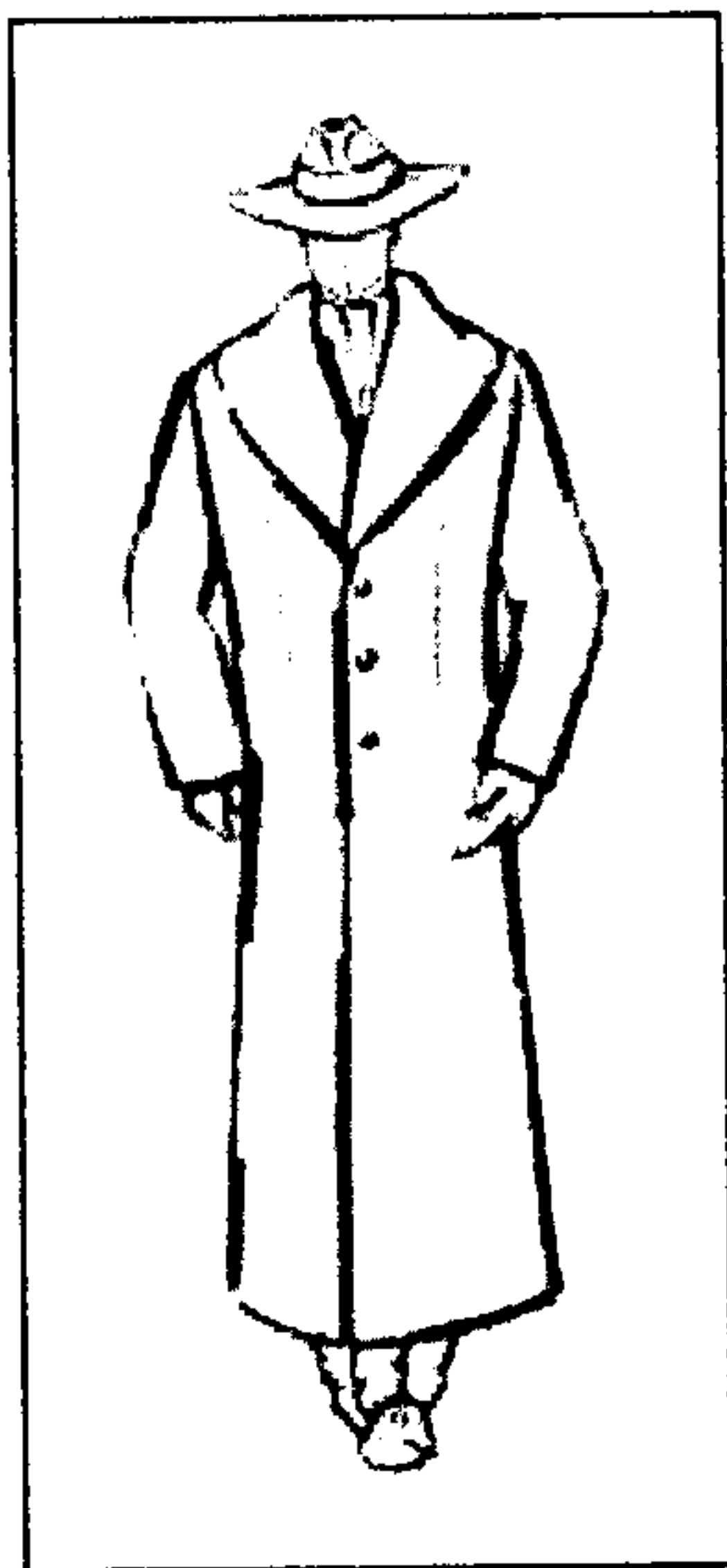
În a doua variantă, cu nasturi, aceștia sunt ascunși sub o fentă din materialul cămășii.

În cazul ținutei *black tie*, papionul trebuie să fie negru, din mătase, în material asemenea reverelor. În cazul ținutei *white tie*, care este cea mai protocolară, se poartă papion alb.

Și în cazul pantofilor aveți două variante dintre care puteți alege: pantofii Oxford (cu șiret) sau balerinii, ambele variante din piele lucioasă. Balerinii sunt pantofi fără șiret, din piele, care au o fundiță din satin. Pantofii Oxford au talpă foarte subțire și tocul foarte mic. Deși sunt preferați pantofii cu șiret, balerinii fiind considerați prea feminini, aceștia din urmă sunt potriviți, fiind mai eleganți. De ce? Pantofii cu șiret sunt văzuți ca pantofi de lucru, balerinii fiind destinați exclusiv ținutei de gală. Ciorapii trebuie să fie negri, din mătase sau un bumbac foarte fin. Bijuteriile trebuie să fie la fel de puține ca și în ținuta de zi și de calitate chiar mai bună: butonii din aur, perle, alte pietre prețioase sunt întotdeauna o variantă posibilă.

Batista de în la buzunar este obligatorie. Nu se recomandă batista din mătase deoarece nu are ținută, materialul fiind foarte moale. Se poate purta o eșarfă albă din mătase. Ca palton se recomandă unul cu revere din catifea sau cu guler-șal.

Bineînțeles că doar o pălărie va face această ținută desăvârșită. Un ultim „ingredient” obligatoriu la o astfel de ținută este să vă amintiți că sunteți o persoană cu o



Palton de seară

ținută rafinată, cu un caracter remarcabil, deosebit de plăcut și dornic de a stabili relații armonioase cu cei pe care îi întâlniți.

Vă felicit ! Ajuns la sfârșitul acestui capitol, vă aflați la începutul unei perioade de experimentare. De azi înainte, veți privi cu alți ochi felul în care vă îmbrăcați : veți privi cu ochiul cunoscătorului, al celui ce *știe* cum să transmită mesajul pe care îl dorește. Veți experimenta zilnic ținute alese dintr-o perspectivă nouă, unitară și creativă. Fără îngrijorările zilnice – pe care nu le recunoaștem uneori nici în forul nostru interior – cauzate de nesiguranța în alegerea ținutei, vă puteți concentra asupra comunicării cu ceilalți. *Sigur* pe sine, *stăpân* pe mesajul

nonverbal transmis la apariția dumneavoastră, puteți, în sfârșit, să le arătați celorlalți acea *persoană* de mare *valoare* care strălucește în interiorul dumneavoastră !

Vestimentația profesionistă pentru femei

Stimate doamne, intrăm acum pe un teritoriu aproape neexplorat: vestimentația profesionistă pentru femeile din România. De ce este atât de dificil să trasăm liniile directoare ale ținutei de afaceri? În primul rând, pentru că nu există o tradiție efectivă, ca în vestimentația bărbaților. Femeile au intrat relativ târziu în arena afacerilor – începând cu secolul XX. Chiar și așa, multă vreme poziția lor a fost exclusiv decorativă, fără putere de decizie sau încadrată în munci de rutină. Revoluția de atitudine a anilor '60 le-a pus pe femei pentru prima oară în fața realizării practice a ideii de carieră de sine stătătoare. Trecerea femeilor din mediul privat al familiei în cel public a determinat modificarea modului de abordare a vestimentației. Dar și a felului cum sunt privite/acceptate femeile de către bărbați în mediul care – atenție – înainte le aparținea în exclusivitate. În istoria omenirii, costumul bărbătesc a apărut ca o declarație de

responsabilitate, de implicare activă în producție, în contrast cu vestimentația bărbaților aristocrați – care făceau parte din societatea de consum. Același lucru este valabil și pentru femei.

Doamnelor, dacă vreți să fiți luate în serios, atunci este nevoie să respectați regulile, nu să le contestați. La urma urmei, aveți nevoie de aceeași cantitate de timp ca să negați sau să afirmați.

Probabil că veți spune, puțin nedumerite: „Dar, în societatea românească de dinainte de 1989, femeile erau adânc implicate în viața publică și probabil că știau să se îmbrace – din moment ce reușeau acest lucru”.

Nu uitați că în acea vreme promovarea femeii în „funcții de conducere” era o sarcină de partid, și nu neapărat un rezultat al promovării adevăratelor valori, pe principiul competenței reale. Femeile au fost un instrument de imagine în mâna unei societăți conduse de bărbați, nicidecum niște parteneri de dialog. Femeile au fost un instrument de reproducere a forței de muncă ieftine. Ele au fost „lăsate” în funcții de conducere de către bărbați pentru ca societatea lor multilateral dezvoltată să arate bine „din afară”. Nu cred că femeile au avut în acea perioadă realmente un cuvânt de spus în deciziile ce se luau.

Pentru a depăși puternicul curent tradiționalist prin care bărbații români consideră – statistic vorbind – că

„locul femeii este la cratiță” – acesta fiind singurul ei domeniu de decizie totală –, femeia din România trebuie să își manifeste activ voința. Femeia din România trebuie :

- să recunoască și să evalueze situația reală ;
- să o accepte așa cum este ;
- apoi să își facă propria afirmație.

Este feminism ceea ce vă propun ? Recunosc că da.

„Interesul feminismului e de a face ca femeia să fie considerată și să se considere ea singură o ființă de sine stătătoare, nu un obiect în vecinica stăpânire a altora și vecinic condusă de alții” – iată ce spunea Eugenia de Reuss-Ianculescu la – rețineți – 1913 !

Prin *educația permanentă* și *conștientizarea drumului* pe care îl are de făcut – și nicidecum luptând împotriva curentului –, aceasta este calea afirmării potențialului femeii. Nu negare, ci afirmare. Nu concurență, ci creativitate. Nu negând caracteristicile și potențele bărbatului, ci afirmându-și calitățile sale – intuiția și inteligența emoțională – femeia își poate construi un drum al său alături de *partenerii* săi bărbați (am spus parteneri, nu concurenți). Când femeile vor înțelege că este loc pentru toți sub soare și că au datoria față de sine să fie creatoare, și nu în competiție cu celălalt sex, atunci se va deschide calea succesului pentru ele.

În ziua în care femeia va vedea că i se recunoaște inteligența, că i se prețuiește tăria caracterului și rezistența în fața patimii și greutăților vieții, în ziua când femeia va vedea că izbândește prin inteligență și activitate, nu prin cochetăria ei, care așa ușor învinge pe bărbat... nu numai că se va înmulți numărul femeilor care vor fi o individualitate, nu numai că va scădea numărul femeilor care s-au cocoțat în slujbe ce nu-s în stare să le îndeplinească... numai fiindcă au fost ușurele... dar chiar concepția iubirii se va schimba... căci, dacă bărbatului îi plac și îl conving seducțiile exterioare, îl leagă și îl înalță calitățile intelectuale și sufletești ale unei femei.

Am avut nevoie de acest citat din Eugenia de Reuss-Ianculescu, care la 1913 reușește să pună problema femeii de carieră într-un mod atât de actual pentru secolul XXI! (Citatele sunt extrase din cartea doamnei Ștefania Mihăilescu *Din istoria feminismului românesc*.)

În vestimentație, primul lucru căruia îi acordăm atenție maximă – mai înainte de orice – este înțelegerea faptului că trebuie să facem *permanent* diferența între hainele potrivite a fi purtate în exercitarea profesiei și cele destinate exclusiv spațiului privat.

Priviți un grup de femei care ies de la birou la ora 5 și veți vedea că în vestimentația profesionistă feminină este o confuzie totală.

Ca să înțelegem care sunt principiile ce se aplică vestimentației profesioniste pentru femei, vă propun să folosim în continuare o tehnică de management: *benchmarking*.

Știți care este scopul *benchmarking*-ului? Acela de a stabili cine este cel mai bun, cine fixează standardele și care sunt ele pe un anumit produs sau segment de piață.

Când facem o cercetare tip *benchmarking* în domeniul vestimentației profesioniste, devine evident că vestimentația masculină este cel mai bine adaptată scopului. În capitolul precedent am descoperit care sunt standardele. Pentru a obține în final regulile vestimentației feminine profesioniste corecte, nu avem decât să privim cu atenție și să adaptăm principiile vestimentației de succes masculine.

Să începem. Incertitudinea în alegerea ținutei se înlătură răspunzând mai înainte de toate la prima întrebare din testul nostru de condiții: „La ce fel de situație urmează să particip; ce mesaj doresc să transmit?” În funcție de răspuns – *situație publică sau privată* –, veți stabili ce alegeți.

În România, mediul de afaceri este tradiționalist. Cu greu găsiți un bărbat care să accepte drept partener o femeie, *fără nici o prejudecată și cu totală încredere*. Pentru a contracara această tendință misogină a societății românești – reală, de altfel, nu inventată de mine –, femeile au la dispoziție o armă redutabilă pe care pot învăța să o folosească eficient – *vestimentația*.

Într-o viitoare lucrare care detaliază metoda Excelsior – eticheta în afaceri, regulile etichetei – pornesc de la regula de aur. Regula de aur în eticheta profesioniștilor/afacerilor este : „Afacerile se conduc pe principii militare : contează ierarhia, și nu sexul”.

De ce enunț aici această regulă a etichetei în afaceri ? Pentru că acestei reguli i se supune și vestimentația profesionistă pentru femei. De fiecare dată când aveți dubii în alegerea unei ținute, amintiți-vă principiul de mai sus.

Așa cum am mai spus, pentru a fi acceptată la adevărata dumneavoastră valoare de către mediul în care vă desfășurați activitatea, trebuie să vă supuneți regulilor mediului. În mediul profesionist/de afaceri, regulile vestimentare sunt exact cele enunțate cu privire la vestimentația pentru bărbați.

Cunoscând aceste reguli, doamnelor, nu ne rămâne nimic altceva de făcut decât să le adaptăm cu intuiție și rafinament.

Orice lucru ar face femeile, ele trebuie să îl facă de două ori mai bine decât bărbații ca să fie considerat măcar pe jumătate bun. Din fericire, acest lucru nu este dificil.
(Charlotte Whitton)

În continuare vom străbate același drum ca și pentru vestimentația bărbătească pentru a exemplifica regulile vestimentației profesioniste pentru femei. Doamnelor,

vrem egalitate ? Atunci să pornim de la aceleași principii. Doar astfel femeile pot deveni „parteneri” – acceptând să participe pe același „teren”, cu aceleași „reguli ale jocului”.

Vă amintiți, Ginger Rogers făcea același lucru ca și Fred Astaire, doar că o făcea cu spatele și pe tocuri. (Faith Whittlesey)

Întrebările de la care pornim pentru a alege un anumit tip de vestimentație pentru femei sunt aceleași ca pentru vestimentația masculină. Le repetăm :

1. la ce fel de situație urmează să particip, ce mesaj doresc să transmit ?
2. se încadrează în seria de culori acceptate de mediul de afaceri ?
3. este realizat din materiale corespunzătoare, care se comportă bine la purtare, care asigură confortul purtătorului și transmit un mesaj de bunăstare ?
4. se potrivește conformației purtătorului ?
5. este executat în condiții de maximă calitate ?

Rețineți : dacă după cinci minute de discuții partenerul dumneavoastră își amintește a) că ați fost bine îmbrăcată ; b) exact ce haine ați avut pe dumneavoastră, în cazul a), vestimentația este corectă, iar în cazul b) – încercați să mai temperați ceva din vestimentație. Nu lăsați hainele să vorbească mai mult decât dumneavoastră.

Un aspect important pe care trebuie să-l luăm în discuție este presiunea societății de consum asupra psihicului femeii – tendințe, sezoane, modă.

Pe toate canalele informaționale posibile, femeia este bombardată cu „noutăți” create în primul rând pentru a le scoate banii din buzunare. (Toți specialiștii în marketing recunosc că femeile sunt cei mai buni clienți – cumpără des, mult și sunt ușor influențabile.)

Și să nu uităm și presiunea producătorilor – care ar susține orice modă ce înseamnă consumuri minime de materiale.

Credeți că producătorii de vestimentație feminină nu sunt încântați de tendințele minimaliste ale modei străzii? Minimalist atât ca dimensiuni, cât și ca valoare a materialelor... Riscurile lor devin minime pentru că sunt transferate asupra consumatoarelor.

Am mai spus-o și o voi repeta constant : *vestimentația profesionistă nu este subordonată modei*. Nici cea masculină, nici cea feminină. *Mesajul* este cel ce decide structura unui ansamblu vestimentar profesionist.

Moda și tendințele sunt doar pentru timpul personal, privat.

Exclusiv pentru femei

Societatea de consum vinde visuri și dorințe, nu produse. Așa cum spunea un mare specialist în marketing – „vinde sfârâitul fripturii, nu friptura”.

Este bine cunoscut faptul că folosirea conotațiilor sexuale este cea mai eficientă armă de marketing. Iar femeia este imaginea sexuală care vinde cel mai bine. Sexul vinde pasta de dinți... Sexul vinde mașini... Sexul vinde cafeaua... Sexul vinde reviste... Sexul vinde băutura... Probabil că, în curând, sexul va vinde și produsele funere...

Adesea femeile ajung să creadă că manifestarea sexualității este regulă, normă. Femeile sunt foarte obișnuite să se manifeste pe latura sexualității din simplul motiv că nu sunt convinse că pot avea succes și prin manifestări nonsexuale.

Doamnelor, în mediul de afaceri sexul nu își are locul. Dacă sugerați implicații sexuale – prin vestimentație, gesturi sau voce –, în acel moment dispar seriozitatea și profesionalismul, competența dumneavoastră este iremediabil pusă în balanță.

Știți care este diferența dintre o poziție în firmă obținută de o femeie prin competență și una obținută preponderent

prin alte mijloace ? Este aceeași diferență între o căsnicie trainică și o aventură de scurtă durată.

Atunci când este folosită sexualitatea ca armă de persuasiune, are loc o schimbare : situația se transformă din una publică în una privată – adesea numită „flirt”. O femeie care știe *exact* ce vrea poate avea controlul asupra acestui raport public/privat.

Înainte de a porni la drum, vă spun : pentru ca o femeie să fie luată în serios, este nevoie să dea cât mai puține semnale cu conotație sexuală. O femeie concentrată asupra chestiunilor de pe ordinea de zi este aceea care va câștiga încrederea unui partener bărbat. Și, după cum știm deja, totul ține de încredere.

Costumul

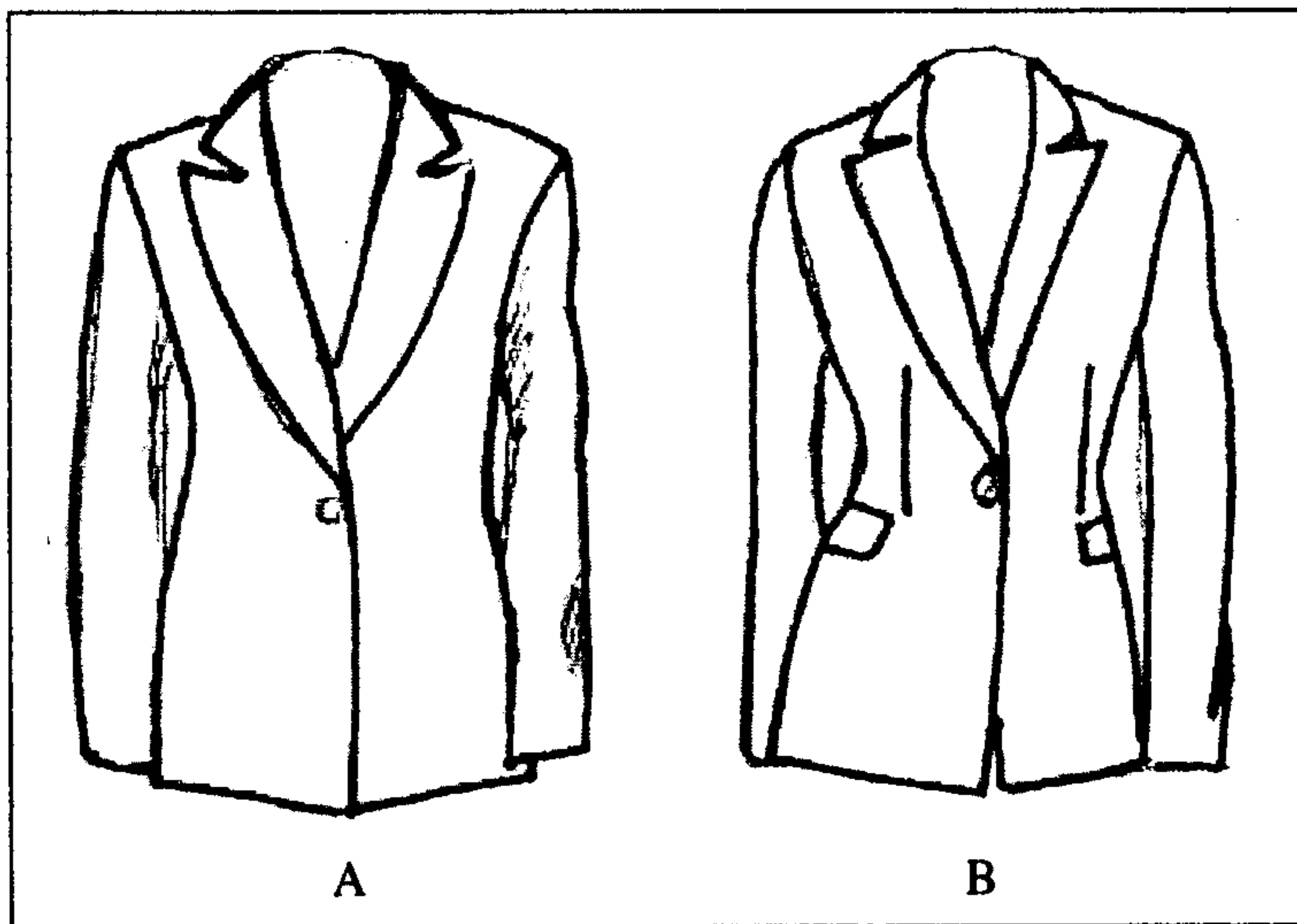
Vă voi prezenta ținuta profesionistă de top. Știind ce este mai bun, *dumneavoastră* veți hotărî de fiecare dată ce alegeți în deplină cunoștință de cauză.

La baza vestimentației profesioniste de top pentru femei stă costumul cu fustă. Prin costum se înțelege ansamblul sacou și fustă, ambele făcute din același material. Cunoscând principiile care urmează, veți rezolva ușor problema vestimentației, reușind să obțineți reacția dorită de la partenerii dumneavoastră de afaceri.

Sacoul acoperă partea superioară a corpului, de aceea atrage atenția în mod special. Sacourile sunt la un rând sau la două rânduri, întotdeauna croite pe corp.

Da, și o femeie-trestie, și o femeie cu forme pline trebuie să îmbrace doar haine potrivite dimensiunilor reale ale corpului lor. Nici prea strâmte, nici prea largi. Ci întotdeauna adaptate corpului.

Sacourile cu un nasture sunt cele mai elegante. În funcție de croială – dacă au pense sau nu –, sacourile la un nasture sunt soluții bune pentru toate conformațiile, atât pentru ținuta de zi, cât și pentru cea de seară (când se aleg sacourile din materiale lucioase, prețioase).

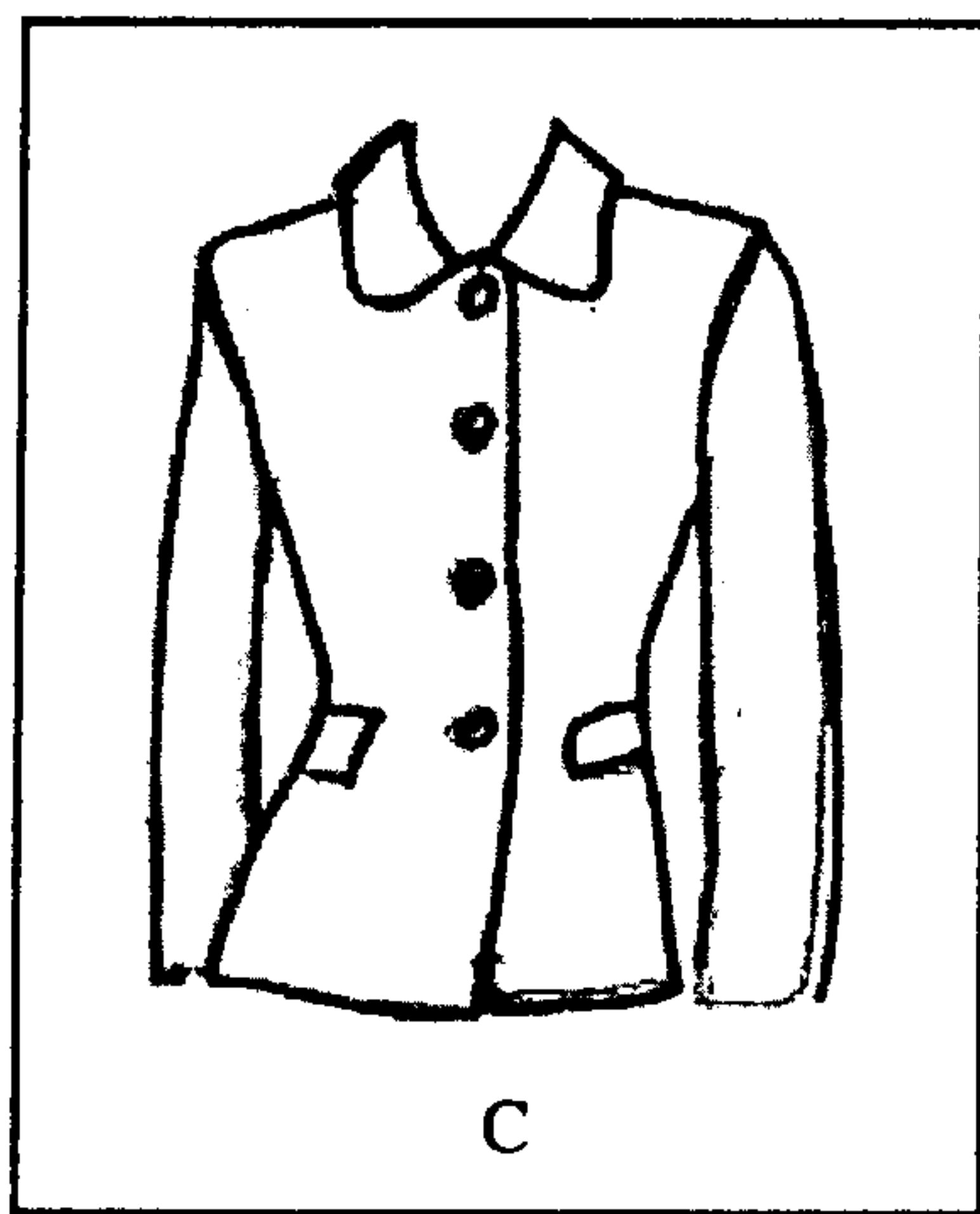


Sacouri la un nasture

Sacoul A este potrivit unei persoane cu trunchiul dezvoltat. Lipsa penselor și a buzunarelor asigură simplitatea necesară deasupra taliei.

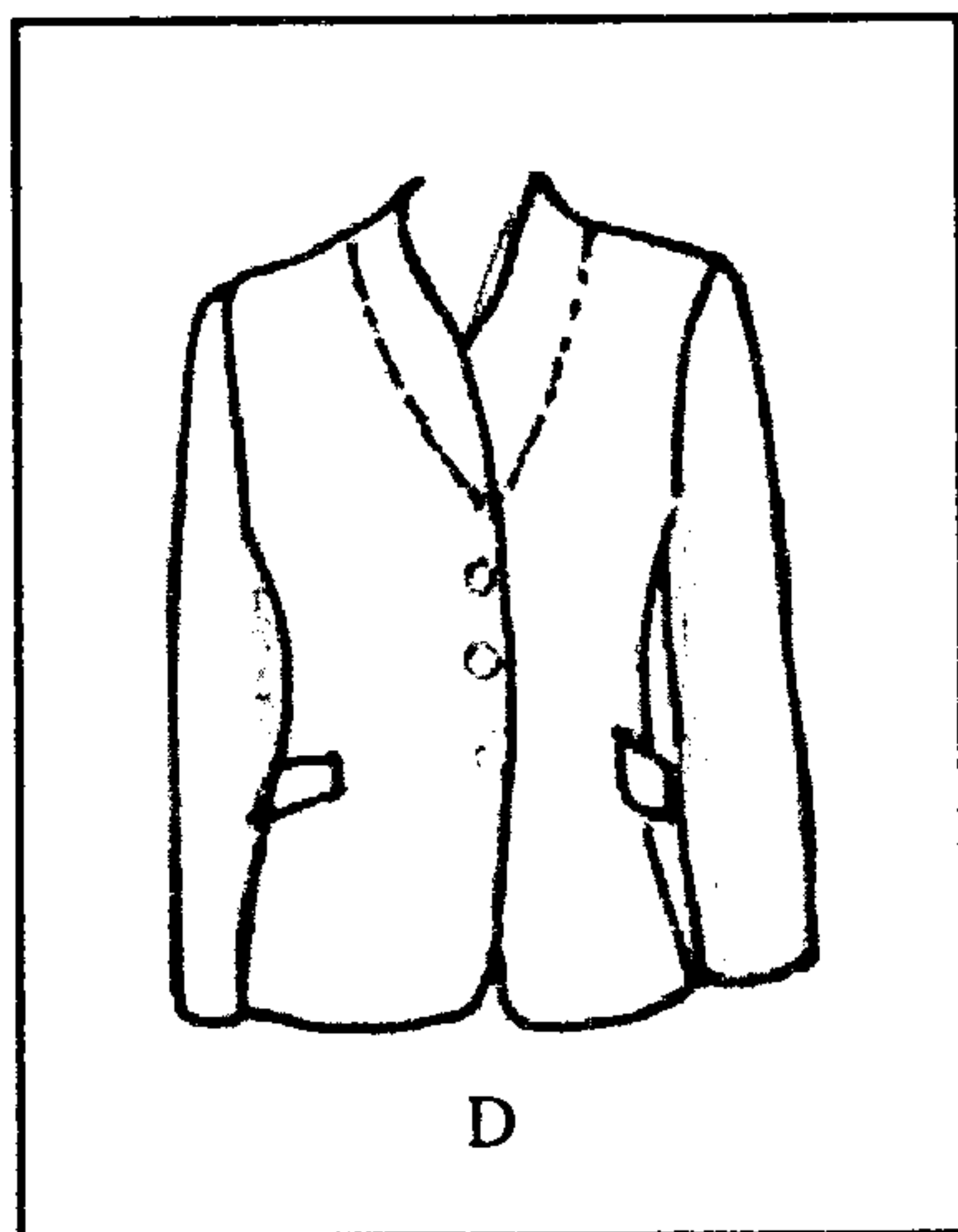
Sacoul B este, practic, același model într-o variantă de croială pentru o siluetă cu bustul mic. Se regăsesc pensele și clapele buzunarelor – detalii care avantajează acest tip de siluetă.

Sacourile de maximă autoritate sunt acelea care acoperă zona gâtului.



Sacou la patru nasturi cu guler

Sacoul C are gulerul care avantajează o persoană cu gât scurt. Sacoul D este potrivit unei persoane cu gâtul lung.



Sacou fără revere

Efectul vizual este același – de profesionalism cu ușoare tente spre inflexibilitate. Cu alte cuvinte – o înfățișare dominatoare, mai ales dacă se aleg culorile de putere ale costumelor pentru femei – bleumarin sau burgundy.

Foarte important !

Rețineți că felul în care vă expuneți zona gâtului este un foarte puternic semnal al limbajului trupului. În vestimentația bărbaților – știți bine – gâtul este acoperit : cămașă e închisă până la ultimul nasture, iar cravata vine ca un al doilea strat care protejează acea adâncitură a gâtului.

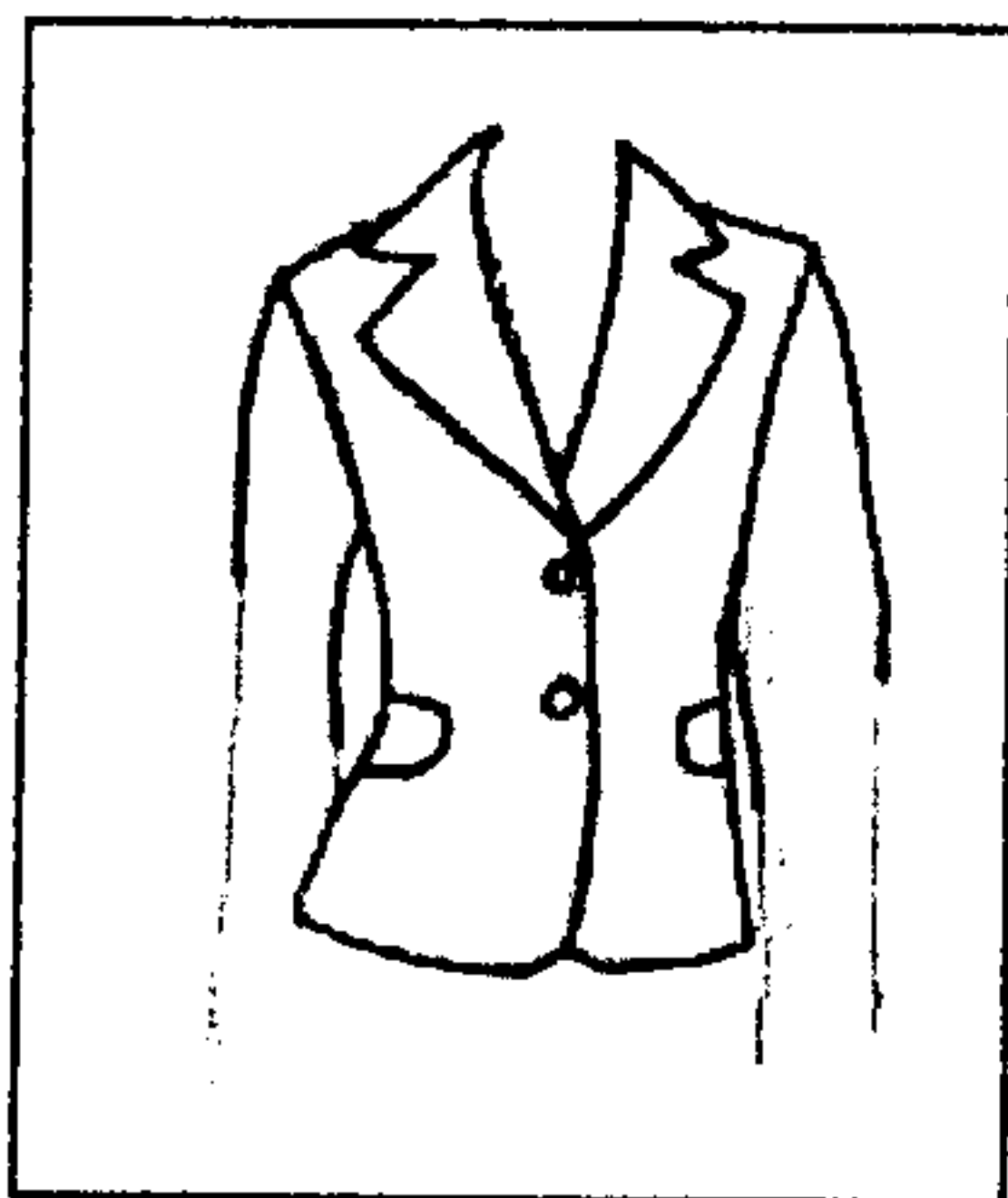
Specialiștii susțin că descoperirea gâtului în zona acelei adâncituri este un semn de supunere în fața celui-lalt – în cazul în care acesta are gâtul acoperit.

Ei bine, priviți marea majoritate a doamnelor și veți vedea că ele au în proporție de 90% gâtul descoperit. În cazul în care conduc discuții cu bărbați îmbrăcați după reguli, se autoplasează în poziție dominată !

În permanență încercați să aveți sub control felul în care vă oferiți vederii zona gâtului. Consultanții în imagine recomandă purtarea unei eșarfe. De acord. Dar nu lăsați totul pe seama eșarfei. Puteți controla acest lucru și prin alte detalii : prin croiala sacoului, prin modelul de cămașă pe care o alegeți și chiar prin colierele pe care le purtați.

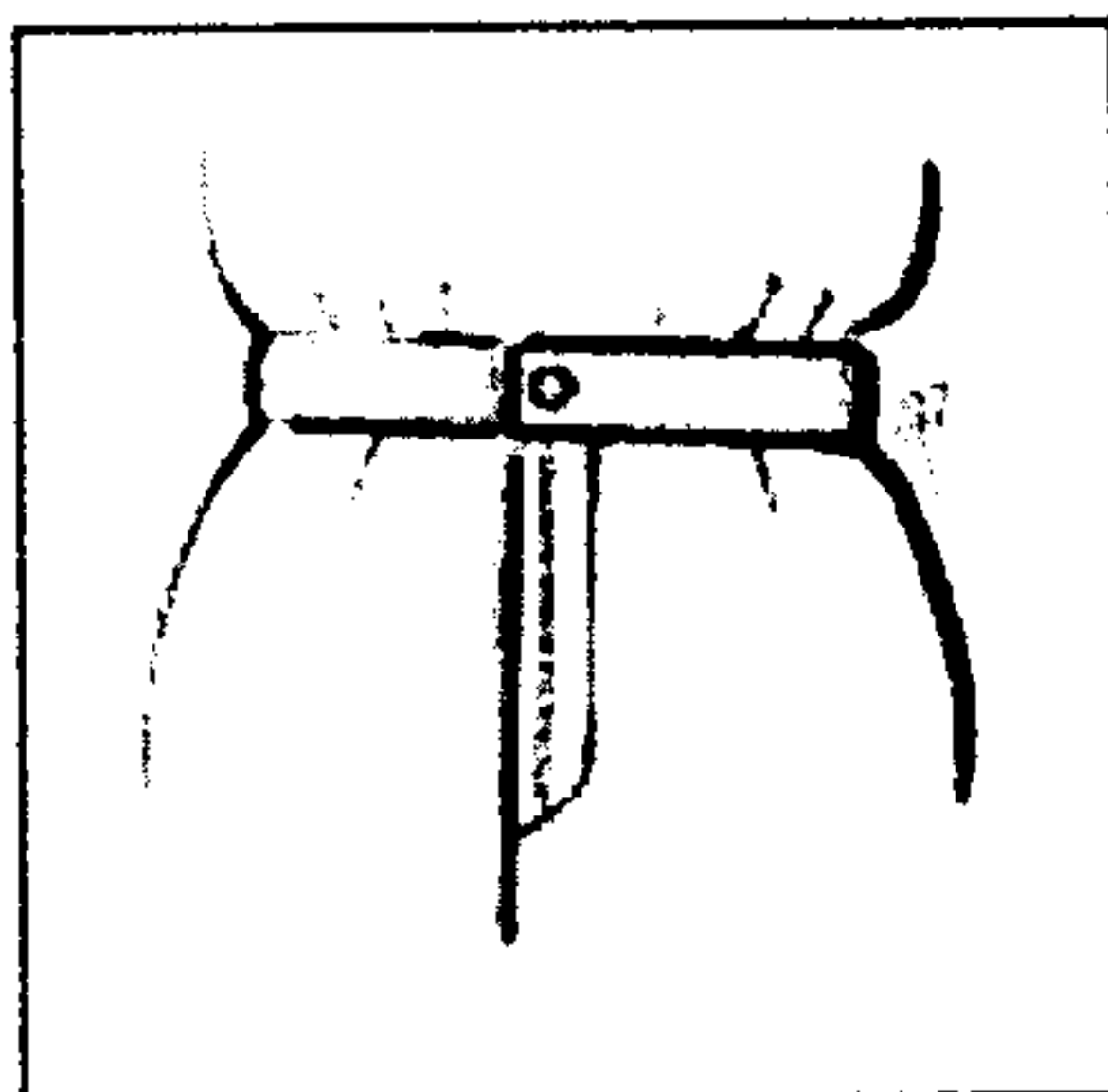
Vom vorbi în mod expres despre fiecare atunci când vom trece la subiectele respective.

Sacourile obișnuite, de toată ziua, sunt cele cu doi sau trei nasturi.



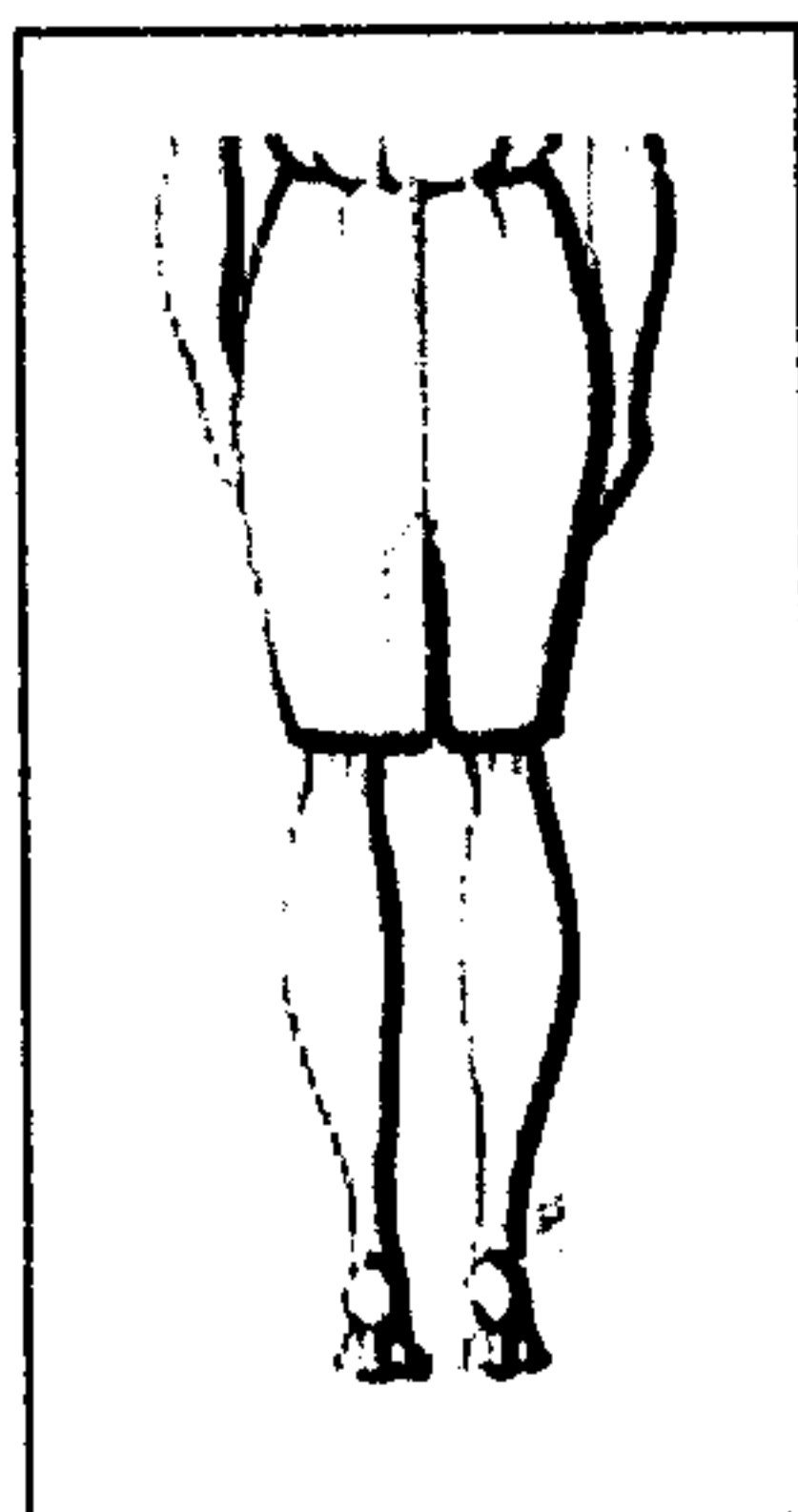
Sacou cu doi nasturi

Să vedem cum arată fustele. Acestea sunt simple, fără cute, pliseuri, șlițuri adânci, volane. Terminația fustei se situează între jumătatea genunchiului și 1 cm deasupra lui. Fusta se închide cu fermoar ascuns de stofă :



Fermoar

Șlițul necesar lejerității în mers este neapărat petrecut la spate.



Șliț petrecut

Acum să vedem de ce atâtea interdicții referitoare la fuste. În primul rând, *de ce costum cu fustă*, și nu cu pantaloni? Costumul cu fustă este cel ce arată identitatea femeii. O femeie în pantaloni pare că nu vrea să fie recunoscută, că simte nevoia să se susțină cu ceva ce nu aparține genului său. Un partener bărbat se va simți confuz în prezența unei femei îmbrăcate în pantaloni. Confuzia de care vorbim este la nivelul subconștientului. Poate că n-o va recunoaște niciodată în cuvinte. Va ști doar că există „ceva” care nu este în regulă.

Lungimea optimă a fustei este cu 1 cm deasupra genunchiului. Astfel, vă puteți așeza fără să vă faceți griji vreodată că se vede ceva de sub fustă. Fustele lungi cu șlițuri adânci își au, cu siguranță, locul la o serată simandicoasă, dar nu între orele 9 și 17. O fustă prea scurtă este pașaportul dumneavoastră către veșnicul refuz al promovării. O femeie care își evidențiază excesiv sau indecent calitățile fizice – conștient sau inconștient – este taxată scurt ca neprofesionistă.

*

De ce nu consider pantalonii o ținută de top? Deși multe femei spun că purtarea pantalonilor este o variantă mai comodă, care pare că ascunde formele corpului – deci un plus pentru decență –, vă invit să priviți cu atenție preț de cinci minute spectacolul străzii. Veți vedea

că pantalonii mai mult dezvăluie decât ascund. Prin construcția lor, pantalonii subliniază zona coapselor și a feselor. În cazul în care se aleg incorect croiala și combinația cu sacoul, o femeie de afaceri îmbrăcată în pantaloni poate deveni, de fapt, o adevărată „bombă sexy”. *Acesta este scopul dumneavoastră?* Ei bine, atunci să nu vă supărați dacă un partener bărbat nu discută serios afaceri cu dumneavoastră. Sexualitatea ține de privat. Cine îndrăznește să o aducă în arena publică a profesioniștilor și a afacerilor va fi respins ca fiind un partener neserios. Sau se va alege cu o atitudine pe care nu o dorește. Nu este o prejudecată, ci o simplă realitate. Vorba americanilor : *„Take it or leave it”*. Depinde numai de dumneavoastră ce reacție obțineți.

*

Stofa din care e făcut costumul este esențială pentru păstrarea în timp a formei și a destinației costumului. Alegeți costumele din stofă de lână. Bărbații le aleg. Se simt bine în ele și au prestanță. De ce să vă mulțumiți cu mai puțin ?

Îmi veți spune că pe piață nu găsiți decât poliester 100%. Este adevărat că producătorii nu prea vor să își asume riscuri producând costume din materiale nobile pentru femei. Merg pe ideea că, oricum, fiecare sezon are caracteristica lui în ce privește croiala și culorile. De teamă să nu rămână cu „marfa pe stoc”, hotărâsc

să folosească materiale ieftine, încercând să mențină scăzut nivelul eventualelor pierderi.

Dacă nu le cereți în mod expres materiale nobile adaptate scopului dumneavoastră, ei nu vor pune niciodată stofe valoroase, naturale în produsele pentru femei. Vizitați, prin comparație, un magazin (din România!) cu produse vestimentare pentru bărbați și unul cu produse vestimentare pentru femei. În primul veți găsi și materiale sintetice, și naturale. În al doilea veți găsi doar materiale sintetice.

Este timpul ca femeile de carieră să aibă produsele vestimentare subordonate scopului lor. Cereți-le producătorilor ceea ce vreți dumneavoastră pentru banii pe care îi plătiți.

Ce culori sunt recomandate?

Culorile potrivite costumelor pentru ținuta profesionistă sunt: culori uni – negru, bleumarin, gri în toate variantele de nuanțe, bej, crem și ultraelegantul grenă închis. În variantele cu dungi fine, toate culorile de mai sus vă aduc un plus de rafinament și zveltețe – dacă aveți nevoie.

În cazul în care conformația vă obligă să asortați mai multe culori – și intrați în varianta *casual* –, rețineți că unitatea unui ansamblu cere să nu existe mai mult de trei culori, asortate după principiile prezentate în *anexă*. O

altă regulă impusă de proporții și de atragerea atenției este ca în partea inferioară să folosiți culori închise, iar în partea superioară, a trunchiului – culori deschise.

Să vorbim acum despre semnificația psihologică a câtorva culori care – folosite cu inteligență, mai ales pentru accesorii –, pot crea destindere, relaxare și o receptivitate mai mare din partea partenerului dumneavoastră. Țineți cont de un lucru : culoarea vă influențează în primul rând pe dumneavoastră ! Culorile pe care alegeți să le purtați vă influențează mai întâi pe dumneavoastră, apoi pe partenerul de discuție. Este foarte important să fiți conștientă de acest lucru. Vă influențați și abia apoi influențați.

Cea mai mare parte a fericirii noastre depinde de dispoziția pe care o avem, nu de circumstanțe. (Martha Washington)

Toate culorile au o parte pozitivă și una negativă. Partea negativă vine, de obicei, din excesul de culoare pe o suprafață prea mare sau excesul de intensitate a culorii. Partea pozitivă a culorii se obține din echilibrul ei. De exemplu : o eșarfă bleu aduce luminozitate și un aer proaspăt în jurul feței ; un costum în întregime bleu va arăta că sunteți o inocentă suavă, o copilă puțin mai în vârstă. Vom analiza culorile prin prisma echilibrului și a variantelor de plus și de minus.

Roșul este culoarea vieții. Are energie, vivacitate, curaj. Este culoarea al cărei limbaj universal e acțiunea. În spațiul public, reprezintă culoarea spontaneității, a siguranței de sine. În spațiul privat, este culoarea femeilor care doresc să seducă. Într-o reuniune cu un număr redus de persoane, un costum roșu poate fi o alegere greșită (atrageți atenția prea tare și dați un semnal nedorit, de putere – feminină, e adevărat –, dar de seducție!). Este un fapt recunoscut că poate să ducă la creșterea tensiunii sanguine și să-i creeze o stare negativă unei persoane recunoscute ca agresivă (în sensul că își pierde ușor calmul). Însă, într-o adunare cu un număr mai mare de persoane în care dumneavoastră țineți o cuvântare, această alegere vă va atrage simpatia și atenția celor din public. Purtat de o femeie, roșul este semnul puterii și al curajului de a-și asuma riscuri. Mesajul: „Vreau să fiu eu”.

Roșul este mai eficient dacă e folosit ca accent, și nu pe o suprafață mare.

Albastrul este culoarea spiritului. Este culoarea oamenilor de afaceri, a celor cu aspirații înalte.

Albastrul închis (bleumarin, *navy*) este o culoare care transmite autoritate. Albastrul reduce pe termen scurt tensiunea sanguină, astfel că se instalează starea de calm, apare sentimentul de încredere.

În sensul negativ al culorii, albastrul în variantele prăfuite de gri poate indica o persoană plictisită, fără

vlagă. Când doriți să arătați ca o persoană pe care ceilalți se pot baza, loială, purtați bleumarin.

Purtați albastru-pastel (bleu) atunci când vreți să transmiteți inocență și naivitate. Mesajul : „Ai încredere în mine”. Albastrul indică o persoană loială, pragmatică, conservatoare și autoritară.

Negrul este o culoare care se manifestă în funcție de împrejurare. Este culoarea cea mai versatilă și plină de nuanțe psihologice din acest punct de vedere.

- Știm cu toții că băieții răi s-au înfățișat mereu lumii în negru. Mesajul : „Pericol”.
- Femeile fatale își poartă armele seducției sub haine negre cu decolteuri adânci și șlițuri înalte. Mesajul : „Sexy”.
- În cultura românească, negrul este culoarea tristeții la moartea cuiva drag. Mesajul : „Sufăr”.
- Grupurile de tineri rebeli își arată starea de spirit îmbrăcați exclusiv în haine negre – e drept, cu ceva inscripții. Mesajul : „Mă opun”.
- Persoanele care au o meserie de profundă autoritate socială – preoți, magistrați – apar îmbrăcate în negru din cap până în picioare, ca mesageri imparțiali și obiectivi ai legilor divine sau umane. Mesajul : „Eu sunt mesagerul”.

În situațiile de afaceri, negrul devine excesiv de autoritar și dominator. Poate fi „îmblânzit” de accesorii și eșarfe vesele, care „sparg” distanța impusă de culoare. Având atât de multe nuanțe, fiți foarte atentă la mesajul pe care doriți să îl transmiteți purtând negru. Să nu uităm că negrul face ca o siluetă să pară mai subțire.

Griul este rezultatul combinației albului cu negru. Este o culoare neutră, care nu are un mesaj intrinsec, care nu face nici o declarație. Griul este culoarea negocierii, a compromisului, a disciplinei autoimpuse. Este o culoare folosită ca fundal pentru ca accesoriile să „vorbească”. Alegerea griului este foarte importantă în relația acestei culori cu întreaga fizionomie: culoarea tenului, a părului, reflexia pe care o dă pe față. Niciodată să nu purtați un costum gri fără să fiți convinsă că nuanța vi se potrivește, că nu vă îmbătrânește, că nu vă „fură” culoarea din obraji. În vestimentația de afaceri, griul închis păstrează neutralitatea și capătă, în plus, autoritatea culorii închise. Alegeți întotdeauna griul închis în locul negrului. Nu îl purtați dacă vreți să păreți spontană, impulsivă, dinamică. Mesajul: „Sunt aici”.

Maroul este culoarea pământului, mesajul este mai potrivit vieții la țară decât mediului de afaceri. Pentru femei poate sugera „mămoșenie”, un aspect foarte cald și casnic.

Cea mai potrivită nuanță este cea foarte închisă, asemenea cafelei prăjite. Tot ce este mai deschis se va folosi numai în timpul dumneavoastră liber.

Dacă în afacerea dumneavoastră apar momente în care vreți să comunicați empatic, folosiți maroul. Dar nu-l folosiți ca să fiți autoritară. Mesajul : „Te ascult”.

Verdele este culoarea naturii, a calmului, a relaxării, a echilibrului. Pe cercul culorilor, verdele este opus roșului. Dacă roșul afirmă cucerire, verdele afirmă auto-conservare. Verdele închis este o culoare cu o tentă puternic masculină, semn de bunăstare. În istoria Evului Mediu, această culoare era pentru femei simbol al fertilității. Purtați verdele ca accent, în special în legătură directă cu anotimpul în care vă aflați – dacă este primăvară. Se spune că aceasta este culoarea cea mai relaxantă pentru ochi. Amintiți-vă cu câtă bucurie priviți verdele pădurii și al pajiștilor când faceți un drum la munte... Mesajul : „Ofer echilibru”.

Galbenul este culoarea care se vede. N-o poți trece cu vederea.

Galbenul este culoarea care stimulează inteligența. Pe suprafețe mari irită, stârnește nervozitate. ...Gelozia este galbenă – nu ? Purtați galben când vreți să fiți remarcată, să păreți veselă, să îi stimulați intelectual pe cei din jur. Această culoare invită la dezbattere, comunicare, inovare.

Evitați-o când doriți să vă concentrați asupra unui singur lucru. Mesajul : „Nu mă poți ocoli”.

Oranj – combinația de roșu și galben preia calitățile ambelor culori. Roșul stimulează fizic, galbenul stimulează mintal. Oranjul stimulează în dublu sens. Este culoarea soarelui și exercită o mare atracție. Oranjul în varianta pură nu avantajează multe tonuri ale pielii, în schimb în variantele pastelate, „piersică” și „caisă”, poate fi folosit chiar și în exces fără să provoace respingere.

Femeile care poartă nuanțele piersică și caisă sunt persoane agreabile, entuziaste, gata să descopere lucruri noi. Oranjul reduce iritabilitatea, ostilitatea și duce la un comportament social mai bun. Purtați această culoare când vreți să păreți energică. Evitați-o când doriți relaxare. Mesajul : „Comunic”.

Violetul este combinația dintre roșul exploziv și albastrul spiritual. Este culoarea regilor îmbrăcați în purpură, a unor ordine bisericesti, culoarea preferată de designeri pentru lenjeria sexy. Violetul are o încărcătură psihologică aproape la fel de variată ca și negrul. Este culoarea regilor, a sfințeniei, poate fi culoarea seducției. Toate la un loc, în funcție de intenția purtătorului și de împrejurare. Culoarea pastel derivată din violet – lavanda – este violet lipsit de conotația sexy. Lavanda este considerată o culoare delicată și profund feminină.

Rozul este roșu lipsit de agresivitate și senzualitate. Rozul este roșu amestecat cu alb. În funcție de intensitatea și cantitatea de roșu, putem avea rozul blând, pastel sau rozul-ciclamen, care ne arde retina. Purtând această culoare – vorbim aici de varianta pastel –, arătați că sunteți fermecătoare, delicată, prietenoasă. Rozul-pastel sugerează romantism.

Ceea ce vă propun este să porniți în sens invers atunci când alegeți o culoare: hotărâți-vă *ce mesaj* vreți să transmiteți și *apoi alegeți culoarea* sau nuanța care poartă acel mesaj. Dacă niciodată nu sunteți sigură de reacțiile celorlalți, dumneavoastră veți avea formulat clar în minte *scopul*. Acest lucru vă va folosi enorm în discuția pe care o veți avea.

Bluza

Culorile recomandate pentru costumele profesioniste absorb lumina, în general.

De aceea, aveți nevoie de luminozitate în apropierea feței pentru a atrage atenția partenerului către ochii dumneavoastră.

Atrăgându-i partenerului de discuții atenția către ochi, veți reuși să țineți discuția sub control. Veți putea sesiza

dacă este de acord cu dumneavoastră sau nu urmărindu-i cu atenție mimica, reacțiile, limbajul trupului. Încercați întotdeauna să atrageți privirea partenerului. Pentru el, faptul că îl priviți franc în față este o dovadă a sincerității dumneavoastră, a faptului că nu aveți nimic de ascuns.

Vedeți cât de mult pot beneficia ambele părți dintr-un lucru atât de firesc : privitul în ochi.

Bluzele se aleg în culori deschise, pastelate : alb, crem, roz, bleu, galben-pai –, acordându-se atenție asortării cu culoarea costumului, precum și felului în care vi se potrivește culoarea. Bineînțeles că materialele trebuie să fie naturale – bumbac sau mătase –, pentru a asigura, în primul rând, confortul pielii.

Bumbacul este potrivit purtării de zi cu zi, dar, dacă aveți o situație specială, nu ezitați să alegeți o bluză din mătase naturală. Sentimentul este *absolut* : plăcere tactilă maximă, eleganță maximă, rafinament maxim și o încredere în sine care sparge orice barieră. Atenție doar la faptul că bluzele din mătase naturală trebuie îngrijite într-un mod special, specific acestui material.

Deși veți întâlni mai ales cămăși din poliester, nu renunțați și căutați materiale naturale.

Vă recomand să alegeți mereu bluze cu mâneci lungi. Dacă alegeți bluze fără mâneci sau cu mâneci scurte, obligatoriu trebuie să vă gândiți ce sacou veți îmbrăca cu acest top.

Acum să începem cu interdicțiile :

- *nu* purtați bluze cu decolteuri adânci, indiferent cât de apetisant este bustul dumneavoastră – sau poate tocmai de aceea. Decolteul trebuie să fie cu minim 2 cm deasupra punctului de separație a sânilor. Decolteul adânc este un semnal sexual evident ;
- *nu* purtați bluze transparente, de sub care se vede lenjeria intimă sau se intuiesc formele. Transparența excesivă poate fi atât un semnal sexual, cât și o gafă făcută din lipsă de cunoaștere ;
- *nu* purtați tricouri – nici mulate (atenție – lycra poate fi uneori un mare dușman !), nici largi –, fie că sunt simple sau cu inscripții. Tricourile sunt numai pentru timpul dumneavoastră liber. Este atât de ciudat să vedeți o doamnă cu un sacou deosebit de sub care se vede răscoiala banală a unui tricou mai mult sau mai puțin chinezesc ;
- *nu* purtați produse vestimentare care lasă să se vadă bretelele sutienului, buricul, *piercing*-uri sau talia foarte joasă. Bluzele prea scurte vă vor da mari bătăi de cap atunci când vă așezați sau când trebuie să faceți o mișcare mai amplă. Se ridică și veți fi pusă în situații jenante. Vă veți întreba cât de mult din lenjeria intimă se vede. Răspunsul vi-l vor da partenerii de discuție prin atitudinea lor față de dumneavoastră. Evitați neplăcerile (și jena) de a

vă controla lungimea bluzei sau pozițiile bretelelor mai des decât ați dori ;

- *nu* purtați mâneci scurte sau bluze fără mâneci în situațiile de afaceri. Această interdicție este generată de principiul PV#3, conform căruia se expune vederii o porțiune cât mai redusă de piele. Mai ține cont și de un motiv strict estetic – în cazul în care brațele nu au o formă perfectă. Evitați orice astfel de situație neplăcută purtând sacoul sau un cardigan tricotat. Chiar dacă în biroul dumneavoastră vă puteți da sacoul jos, în fata clienților purtați-l întotdeauna ;
- *nu* purtați cămăși sau bluze din materiale care se șifonează ușor și vă fac să arătați neglijent. Regula este aplicabilă oricărui articol vestimentar. Arătați grijă față de aspectul hainelor : fără pete, fără ațe care atârnă, nasturi rupți sau materiale șifonate. Nu cred că există neglijențe mai impardonabile decât acestea ;
- *nu* purtați bluze care nu corespund dimensiunilor reale ale bustului și taliei. Vi s-a întâmplat vreodată să vedeți o doamnă căreia îi plesnesc nasturii la bluză sub presiunea bustului ? Amintiți-vă care a fost impresia dumneavoastră ! Este de ajuns să nu ajungeți în această situație recunoscând sincer că, dacă v-ați îngrășat, atunci și hainele trebuie să vă urmeze dimensiunile.

Toate *nu*-urile de mai sus vă ajută să nu transmiteți un mesaj nonverbal de genul : „Nu am autoritate” sau „Nu sunt competentă” sau „Nu te poți baza pe mine” sau chiar „Habar n-am să mă îmbrac”.

Foarte important este să discutăm puțin despre croielile cele mai potrivite pentru bluzele feminine. Dacă un costum impune sobrietatea de inspirație masculină necesară în mediul de afaceri, prin alegerea unei bluze femeile își pot manifesta latura feminină.

Cu ajutorul bluzelor puteți face diferența între o ținută excesiv de masculinizată și una care să vă reprezinte. Bluza e pentru o femeie ceea ce este cravata pentru un bărbat. Individualizează.

Bluzele cu mâneci lungi pot fi purtate cu sau fără sacou. Atunci când vreți să renunțați la sacou, faceți ca ținuta dumneavoastră să fie mai lejeră, mai relaxată, deci mai puțin autoritară. Puteți face acest lucru – să renunțați la sacou – doar dacă vreți în mod deliberat să destindeți atmosfera.

Iată ce ne interesează la o bluză :

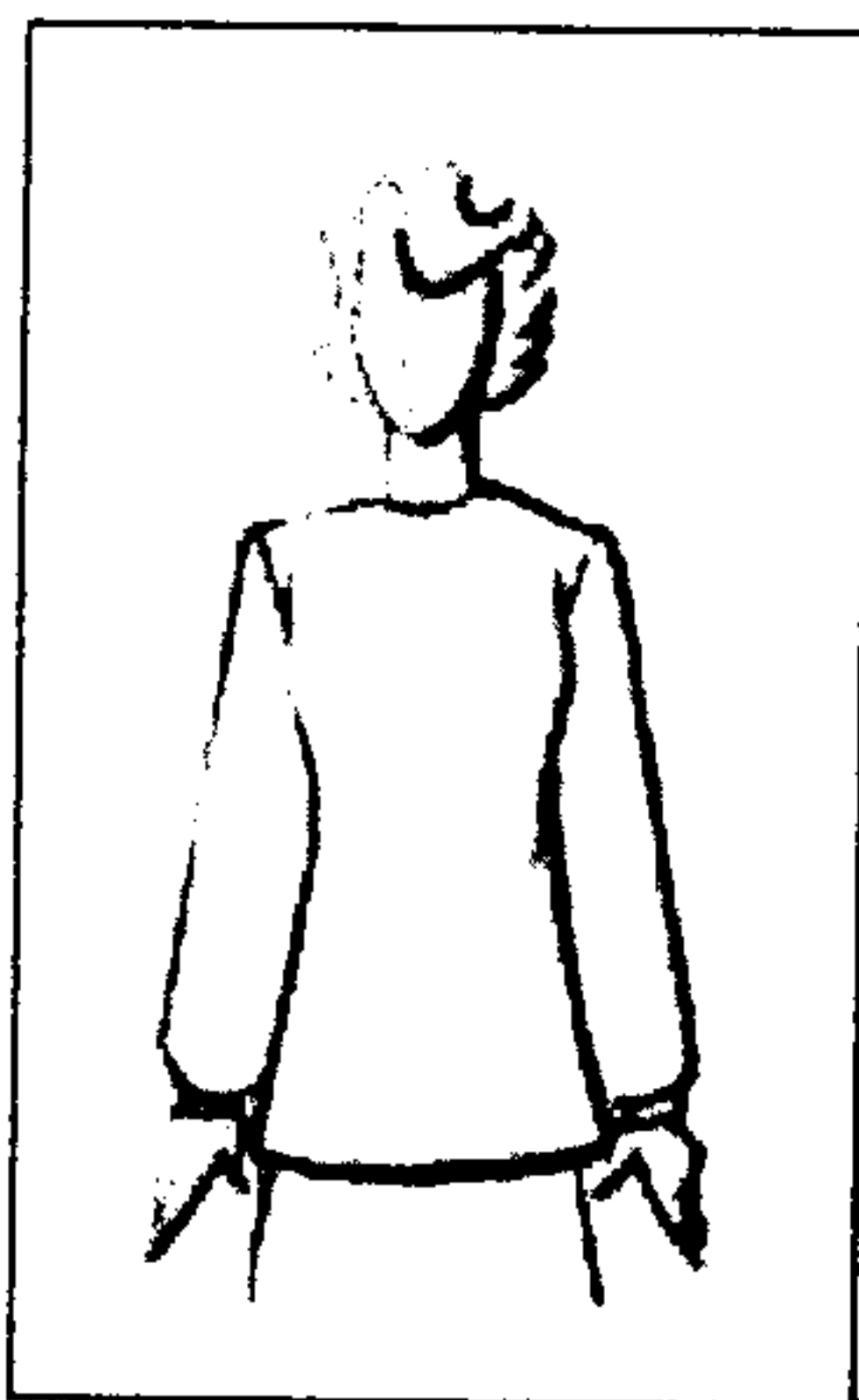
- forma decolteului ;
- adâncimea lui ;
- tipul de rever de sacou cu care se potrivește decolteul bluzei.

V-am vorbit mai devreme despre semnificația dezvăluirii adânciturii gâtului. În alegerea decolteurilor, țineți cont

de lungimea gâtului. Aveți gâtul lung – purtați o bluză la baza gâtului. Aveți gâtul scurt – purtați o bluză cu decolteu ușor coborât sau un decolteu în V. În cazul al doilea, trebuie să aveți obligatoriu sau un colier la baza gâtului, sau o eșarfă. Apoi țineți cont de sacoul pe care îl alegeți.

Bluzele cu decolteu rotund, la baza gâtului, închise cu un nasture la spate se potrivesc atât cu sacouri cu revere normale, cât și cu cele cu șpiț.

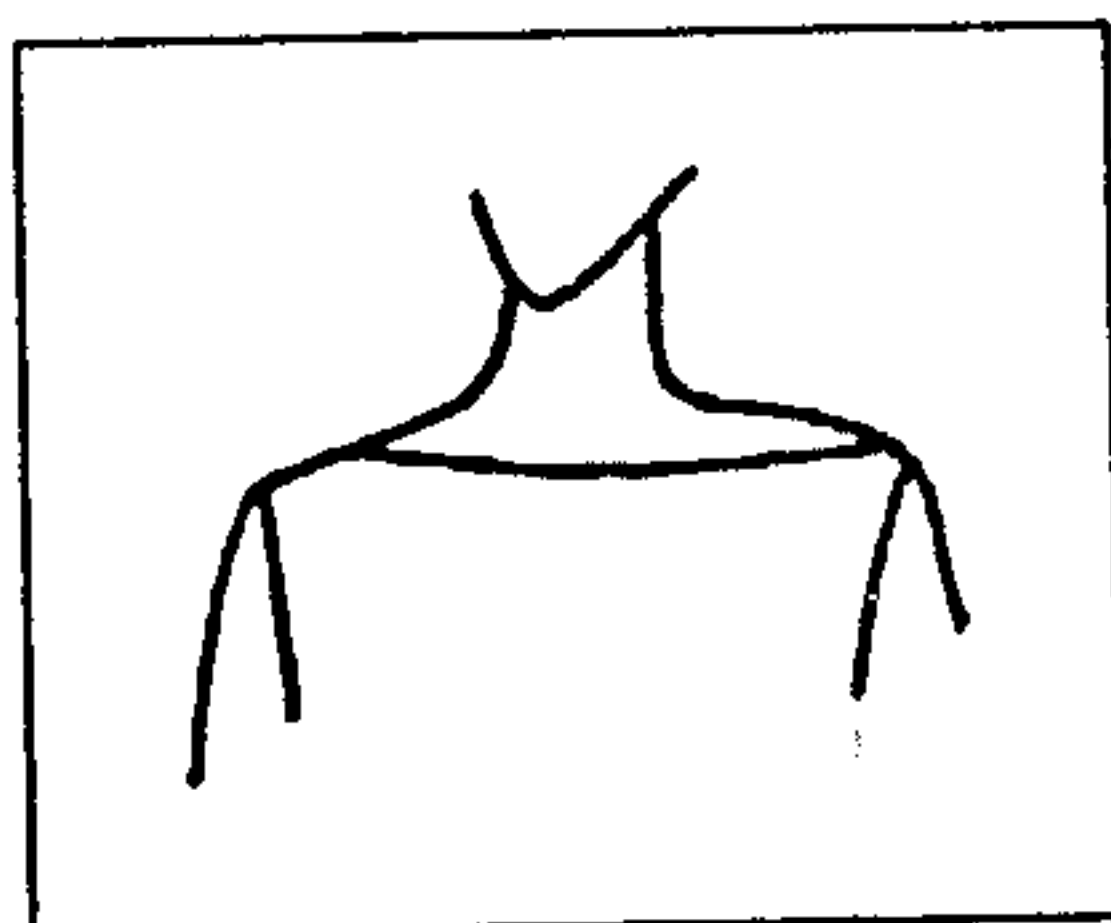
Pot spune că bluza la baza gâtului este unul dintre modelele clasice pentru ținuta *business* a femeilor. În general, acest model are asociate mâneci puțin bufante, care se termină cu manșete strânse pe încheietură. Sub amploarea mânecilor se pot ascunde și brațe mai pline.



Decolteu rotund

Bluzele cu decolteu-barcă sunt o variantă elegantă a celor cu decolteu rotund. La decolteul-barcă, mânecile

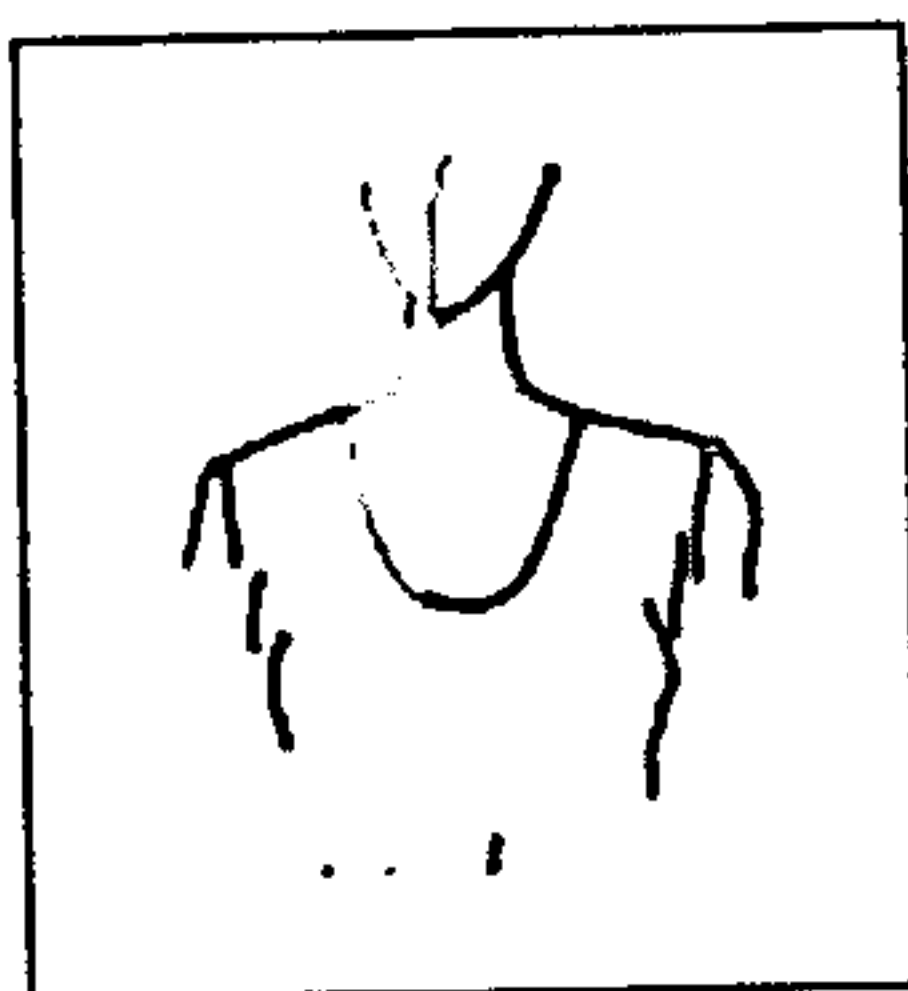
se pot termina cu sau fără manșetă. Sunt potrivite mai ales brațelor suple.



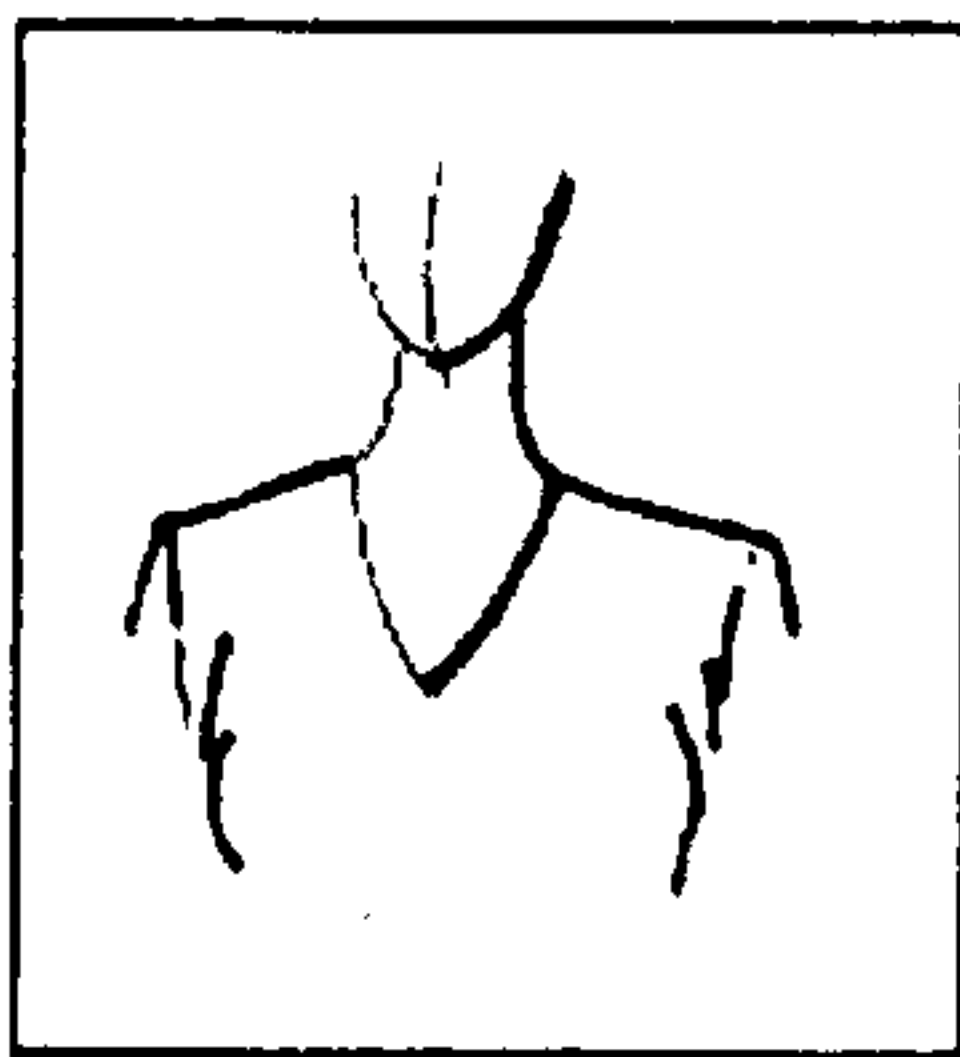
Decolteu-barcă

Bluzele cu guler-fundă sunt varianta autoritară feminină, echivalentul feminin al ansamblului masculin cămașă-cravată. Sobrietatea acestei bluze este dată de faptul că nu se pot purta bijuterii – coliere – de nici un fel. În același timp, funda – tipic feminină – face ca ansamblul să nu se masculinizeze. Se poate purta cu sacourile cu revere sau fără revere (caracteristice în special femeilor cu bust plin).

Cât de adânc trebuie să fie decolteul „decupat” – în ambele variante: rotund și în V? Acest tip de decolteu



Decolteu decupat



Decolteu în V

nu este niciodată mai coborât de acel punct în care începe formarea adânciturii dintre sâni. Când lăsați la vedere acea adâncitură anatomică dintre sâni, sunteți sexy, nu profesionistă.

Variantele de bluze care au gulerul ca la cămășile bărbătești – guler cu stei și închise cu nasturi în față – au o puternică tentă masculină pentru că sunt 100% modelul bărbătesc adaptat dimensiunilor femeilor. Vă sfătuiesc să ocoliți cât puteți acest model de bluză.

Dacă vreți să închideți bluza până la ultimul nasture, veți vedea ca vă lipsește, în mod evident, cravata. Iar dacă vă puneți cravată, vă transformați într-o ciudățenie pe tocuri de 5.

Dacă lăsați unul sau doi nasturi deschiși, în 110% din cazuri se vor rabata aripile gulerului peste reverele sacoului. Știți ce înseamnă aceasta? Să vă dezvăluiți adâncitura gâtului, să vă oferiți dominării celuiilalt – în cazul în care este un bărbat îmbrăcat corect sau o doamnă ce respectă această regulă. Ca să nu mai spun că gulerul ascuțit al

cămășii răsfrânt peste gulerul cu revere al sacoului creează un câmp vizual aglomerat de linii frânte. La acest model este dificil să folosiți în mod corect coliere – mesajul e total confuz: „Am cămașă în stil masculin, dar port bijuterii ca o femeie”. Puține modele de coliere se potrivesc cu acest tip de guler – poate exceptând colierele supradimensionate (iar acestea nu sunt, în general, o opțiune pentru ținuta *business*).

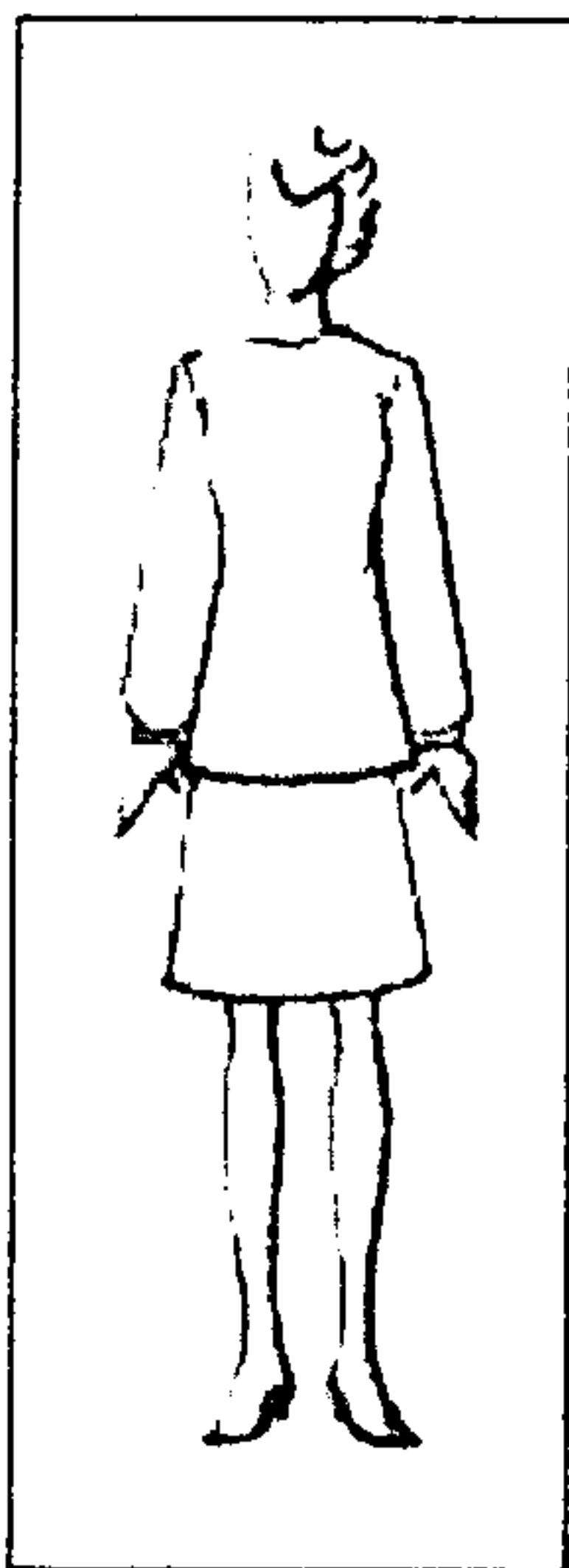
Fiind dificil de asortat o bijuterie gen colier, poate apărea tentația unei eșarfe înguste pe post de cravată. Această alegere ar folosi numai în cazul în care chiar doriți să arătați ca un pionier.

Bluza în stilul cămășii bărbătești nu are nici o legătură cu eleganța feminină. În opinia mea, aceste cămăși sunt acceptabile numai în varianta *casual*.

Toate modelele de bluze descrise mai sus sunt destul de lungi încât să depășească linia taliei cu cel puțin 14 cm. Când vă așezați, bluzele nu trebuie să iasă din fustă.

Doamnele cu abdomen proeminent pot alege o variantă de bluze care se pot purta pe deasupra.

O notă foarte importantă voi face referitor la bluzele tricotate. Ele au avantajul de a se păstra neșifonate pe toată durata zilei. Și acesta este un avantaj foarte mare. În cazul în care le alegeți corect dimensional, dar și din punctul de vedere al modelului (fără jocuri de culori inutile), acestea va pot aduce atât un plus de confort, cât și un aer profund individual. În călătoriile de afaceri,



Bluză purtată pe deasupra fustei

ușurința de întreținere a tricotajelor le face absolut indispensabile. Bluzele tricotate care au decolteul în V (anchior) vă cer să fiți atentă la cât de coborâtă este linia lui. Avantajul acestui decolteu este că poate fi purtat atât cu sacou cu revere, cât și cu o eșarfă discretă. Sau pune în valoare un colier la baza gâtului.

Un mare semn de întrebare sunt bluzele tricotate cu guler înalt („pe gât”, cum le spunem). Nu există nici un motiv să asociați acest tip de bluză unei ținute *business* de top.

Chiar dacă aveți o conformație a gâtului avantajată de acest tip de guler, optați pentru variante de bijuterii chiar la baza gâtului – acestea produc efectul vizual de scurtare a gâtului. Sau rezolvați problema cu ajutorul tunsorii.

Nu aveți nici un motiv să optați pentru purtarea puloverelor pe gât.

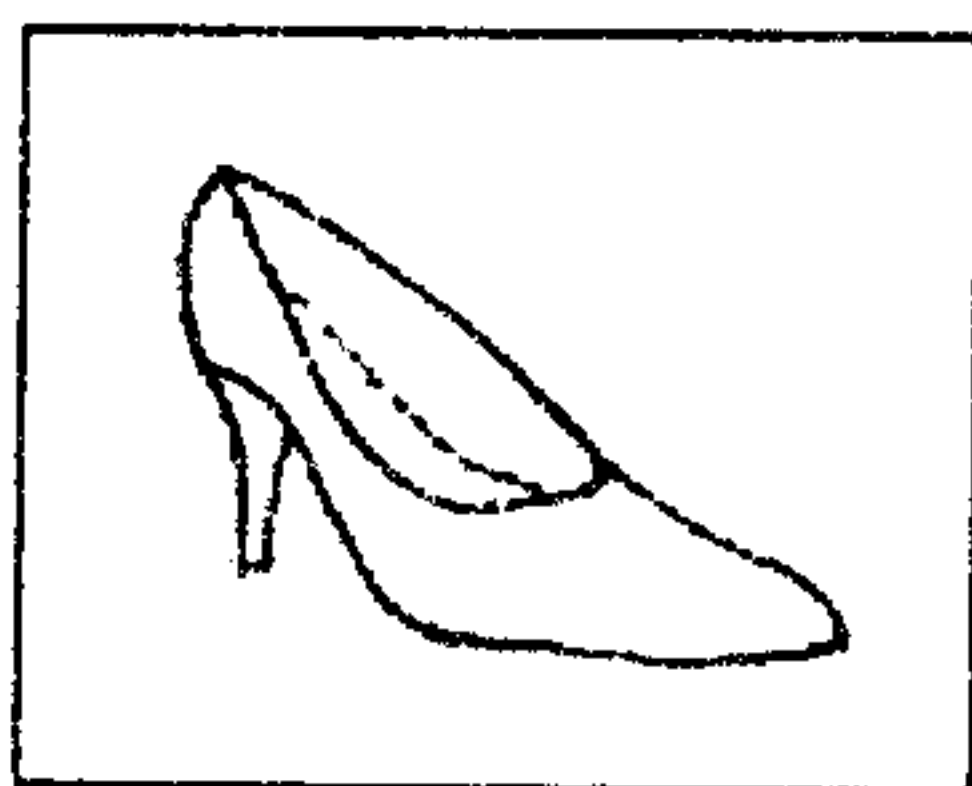
Foarte apreciate sunt compleurile bluză și cardigan tricotate care respectă interdicțiile deja amintite. Au darul de a vă crea o înfățișare blândă, comunicativă, foarte deschisă colaborării. În cazul în care doriți să inițiați o astfel de relație, folosiți compleurile cu încredere.

Foarte important: potriviți întotdeauna textura fustei cu cea a bluzei (sau a compleului), astfel încât să fie apropiate ca aspect, grosime, tușeu. Nimic mai dizgrațios decât alăturarea unei bluze diafane cu o fustă dintr-un material mult mai gros.

Pantofii

Pantofii trebuie să fie întotdeauna comozi, din piele naturală, cu tocuri de maxim 5 cm. „De ce maxim 5 cm?”, vor spune femeile coquette. Pentru că tocurile înalte, deși fac gamba zveltă, pot să vă pună în situații jenante, mai ales dacă sunteți obosită. O femeie care se împiedică pe tocurile ei de 8 cm face praf și cea mai profesionistă imagine. În plus, la nivelul subconștientului, tocurile înalte sunt „instrumentul” prin care o femeie se face atrăgătoare sexului opus. Dacă doriți ca partenerul dumneavoastră să dea mai multă atenția picioarelor dumneavoastră decât celor ce spuneți, atunci nu aveți decât să vă alegeți

o carieră artistică, mai apropiată dorințelor dumneavoastră. În plus, o femeie în pantofi clasici, joși, confortabili transmite mesajul : „Da, sunt aici și pot face față unei întâlniri oricât de mult durează, am venit pregătită pentru asta”.

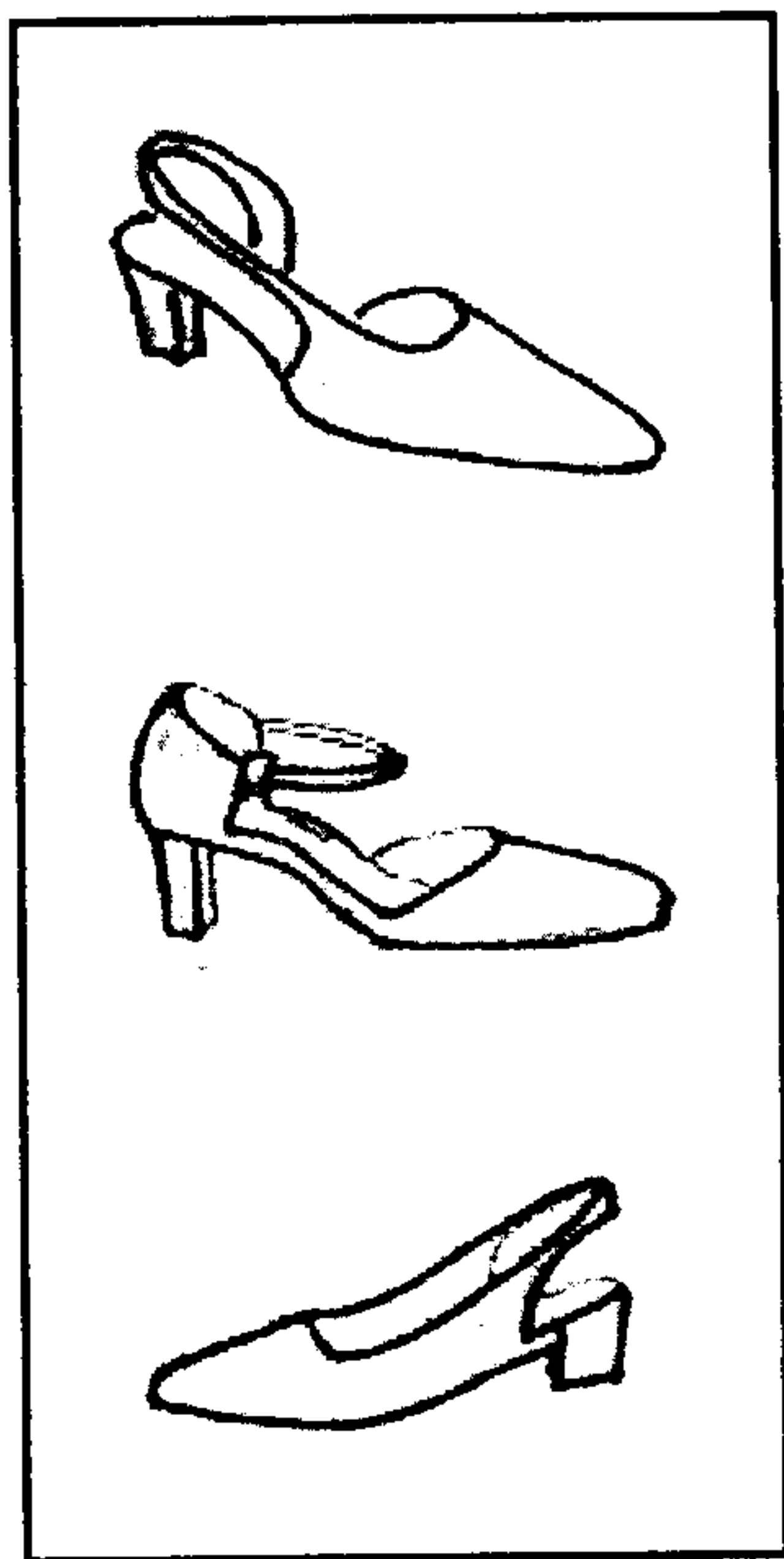


Pantofi închiși cu toc de 5 cm

Pantofii trebuie să fie închiși în față, *niciodată* nu se expun vederii degetele picioarelor – această expunere fiind un alt semnal sexual. Prin urmare, *nu* sandalelor.

Se acceptă varianta pantofilor decupați la călcâi, care se închid cu o baretă peste picior. Deși piața este invadată de papuci în toate variantele ornamentale, nu uitați că, oricât de elaborați ar fi, papucii rămân papuci. Sunt doar pentru casă sau pentru timpul dumneavoastră liber. Prin urmare, *nu* papucilor.

Grosimea tocurilor este în relație cu grosimea gleznelor. Cine are gleznele mai pline trebuie să poarte obligatoriu tocuri mai pline. Face bine și la proporție, și la echilibru !



Pantofi decupați

Nu purtați pantofi cu talpa-platformă, din care nu se evidențiază tocurile. Au un aspect greoi, puțin prăfuit, în neconcordanță cu aerul dumneavoastră de persoană „la zi”.

Formatul pantofilor? Vârful ascuțit este o modă care vine și trece, bombeul rotund la fel. Alegeți modele simple, fără cusături decorative și mai ales fără cataramă, strasuri sau orice alte „înfrumusețări”. Cum am mai spus: „rafinament și discreție”.

Culoarea pantofilor trebuie să fie puțin mai închisă decât cea a fustei. Fustă neagră, gri sau *navy* – pantofi

negri. Fustă crem sau bej – pantofi bej. Fustă kaki – pantofi kaki închis sau negri. Dar să nu uit marele *nu* : *Nu* pantofilor albi. Pantofii albi au ca destinație principală ținuta de nuntă a miresei. Sau ținuta dumneavoastră lejeră, de vacanță, atunci când va plimbați cu iahtul personal pe Mediterana. Exceptând aceste situații, nu purtați pantofi albi la ținuta *business*. Pentru ținutele de vară, purtați pantofi (eventual) decupați la spate, în variantele de culori pastelate : nuanța untului, bej, crem etc. Niciodată alb.

Pentru anotimpul rece, purtați ghetuțe care se ridică până la glezne. Acestea sunt cele mai convenabile. În cazul în care alegeți cizme, acestea trebuie să fie doar din piele și să respecte regulile pantofilor : tocuri de maxim 5 cm, talpă subțire, fără ornamente inutile – cusături, catarama, șnururi, lanțuri. Dacă totuși într-o zi nu viscolește sau nu este zăpadă topită pe străzi, rămâneți la ghetuțe.

Ciorapii

Să ne amintim PV #3 enunțat în capitolul referitor la vestimentația bărbătească : „Cu cât mai mică e suprafața de piele expusă privirii, cu atât ținuta este mai elegantă”. Acest principiu este valabil și în vestimentația pentru femei. *Nu* se acceptă în nici o împrejurare lipsa ciorapilor. Aceștia sunt discreți, numai de culoarea piciorului.

Dacă aveți o fustă neagră, încercați să rezistați tentației de a purta ciorapi negri. Cu siguranță, veți fi privită sau ca pe vrăjitoarea cea rea, sau ca pe văduva malefică în urmărirea victimei viitoare.

Ciorapii trebuie să fie simpli. Fără dungi, modele sau culori nebunești. Și, pe cât se poate, fără luciu sau sclipici.

Sfat : Să aveți la dumneavoastră în birou în permanență o pereche de ciorapi de rezervă. Știți bine cât de incalificabil de jenant este să fiți obligată să purtați o pereche de ciorapi cu firul dus... Și pentru ce? Pentru că nu ați fost îndeajuns de prevăzătoare să aveți la îndemână o pereche de rezervă.

Paltonul

Dacă este frig, atunci paltonul trebuie să fie pe măsura vestimentației: stofă de calitate, croială simplă, totul purtat cu eleganță. Culorile recomandate: camel, gri în toate variantele de nuanțe, bleumarin, negru. Regulile de alegere: tivul hainei să fie cu câțiva centimetri mai jos decât tivul fustei. Dacă purtați pantaloni pentru o ținută *casual*, aveți grijă ca paltonul să nu fie mai lung de jumătatea piciorului. Altfel riscați să ștergeți cu poalele paltonului toate scările pe care le urcați. Este prea incomod să aveți grija lui și e total neigienic în final.

Pălăria

Ca să vorbim despre o ținută completă, este nevoie să ne îndreptăm atenția și asupra pălăriilor.

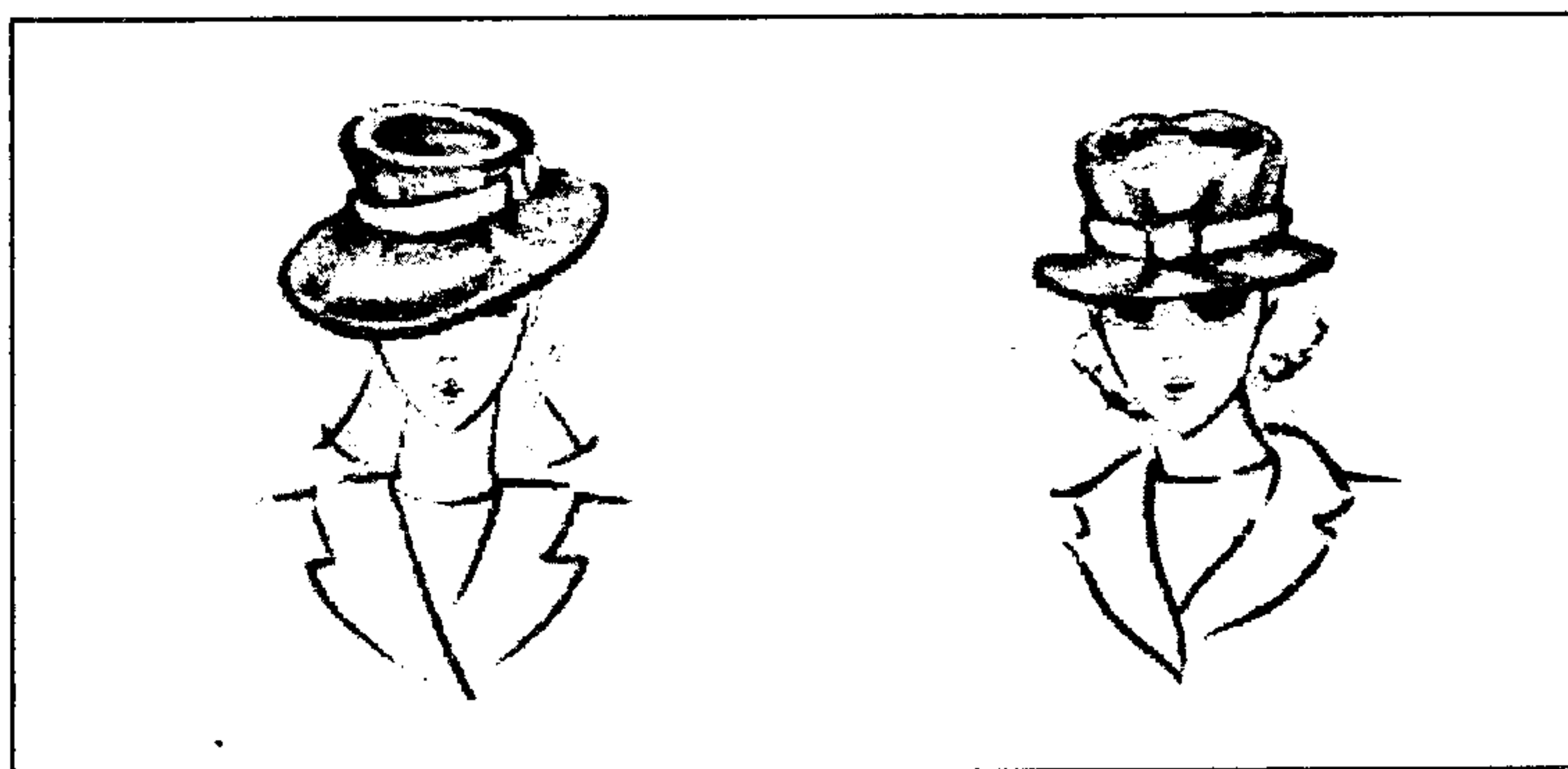
Dacă la domni pălăria dă ținutei un aspect de „complet, terminat”, pentru femei pălăria este echivalentul batistei de la buzunar din vestimentația masculină. Adică se poate fără ea, dar prezența ei dă o indicație a nivelului de sofisticare al unei femei.

În anii '60, prezența pălăriilor în vestimentația feminină ca uzanță socială a încetat. Nimeni nu mai este judecat pentru că apare cu capul descoperit. Chiar și Biserica a devenit îngăduitoare cu această situație.

Care ar fi avantajele pentru dumneavoastră dacă purtați pălărie, dincolo de aspectul unitar al ținutei?

În primul rând, într-o lume în care toți umblă cu capul descoperit, opțiunea unei pălării are darul de a va scoate instantaneu din anonimat. O femeie cu pălărie atrage atenția. Toți ochii vor fi îndreptați către ea. Bărbații o vor admira, iar femeile o vor invidia. Această atenție va face ca persoana respectivă să fie reținută, memorată. Dacă simțiți că aveți nevoie de un ajutor de calitate în acest sens, pălăria este o soluție. I-am pus o întrebare soțului meu: „Ești într-o stație de tramvai, ai în jur câteva doamne, dintre care una poartă pălărie. Pe care o vei ajuta mai întâi să urce?”. Mi-a răspuns – evident: pe

doamna cu pălărie. Faceți și dumneavoastră acest test cu partenerul dumneavoastră de viață. Și spuneți-mi ce v-a răspuns. În funcție de anotimp, veți avea la îndemână o multitudine de variante de pălării: din fetru, din pai. Aceasta dacă luăm în considerare doar variantele mai cuminți ale pălăriilor.



Pălării

Cele cu adevărat îndrăznețe, care au darul să șocheze, sunt destinate, evident, timpului liber. Pentru aceste din urmă pălării, fantezia nu are margini. Atât în ceea ce privește materialele, cât și, mai ales, designul lor.

Alt avantaj este faptul că vă scutește de obsesia unei coafuri elaborate. Suntem în era *hair-stylist*-ilor care doresc să aducă în fiecare coafură o inovație. Singura problemă este că ținuta *business* impune o coafură destul de „așezată”, conservatoare chiar. Dar un aranjament

clasic al părului se potrivește de minune cu purtarea unei pălării. Astfel, se obține o versatilitate mult mai mare decât în cazul unei coafuri. Vrem, nu vrem, o coafură se poartă neschimbată cel puțin o lună. O pălărie vă ajută să arătați altfel în fiecare zi!

Al treilea avantaj este faptul că o pălărie poate exprima o atitudine: poate ascunde privirea, dând un aer misterios. Sau poate exprima exuberanța unei femei stăpâne pe sine. Cu o singură mișcare, femeia poate fi misterioasă. Sau tonică și alertă. Depinde ce tip de pălărie alege.

Un *ultim avantaj* pe care îl aduce purtarea unei pălării este ținuta. Pălăria obligă la adoptarea unei posturi drepte, cu gâtul drept și umerii trași în spate. Aceasta este imaginea femeii puternice. O pălărie nu poate fi purtată de o femeie care nu are încredere în sine. O femeie care nu se simte în largul ei în centrul atenției (pentru că așa va fi) nu va purta pălărie. Pălăria aduce un plus de feminitate rafinată – unul dintre lucrurile atât de greu de obținut în secolul XXI. Să ne gândim că tendințele vestimentare denumite sexy au ca scop atragerea atenției. Câtă diferență este însă între atenția atrasă printr-o ținută provocatoare și atenția atrasă de rafinament.

Să adunăm toate motivele de mai sus și vom vedea cât de multe putem obține cu un articol vestimentar căzut în desuetudine mult prea ușor.

Accesoriile

Aici suntem pe un teritoriu în care ne putem descurca numai dacă avem mereu în minte principiul: „Cu cât mai simplu, cu atât mai elegant”.

Cureaua

În cazul în care conformația permite purtarea ei, cureaua trebuie să fie din același material și să aibă aceeași culoare ca pantofii.

Poșeta

Poșeta trebuie să fie numai din piele. Culoarea poșetei este identică sau în ton cu pantofii.

Evitați poșetele mici gen discotecă sau cele uriașe, în care vă puteți pune cumpărăturile săptămânale. Alături de poșetă, trebuie să aveți, obligatoriu, servieta pentru documentele de serviciu, din piele și aceasta. Vor costa ceva, dar eleganța lor și modul convenabil de întreținere vă vor răsplăti.

Portmoneul

Portmoneul și etuiul în care vă țineți instrumentele de scris trebuie să fie din piele și cât se poate de simple. Fără împletituri, culori aberante sau materiale ieftine.

Accesoriile recomandate sunt, în general, din piele de culoare neagră sau burgundy – maro-roșcat. Alte variante nu se acceptă.

Bijuteriile

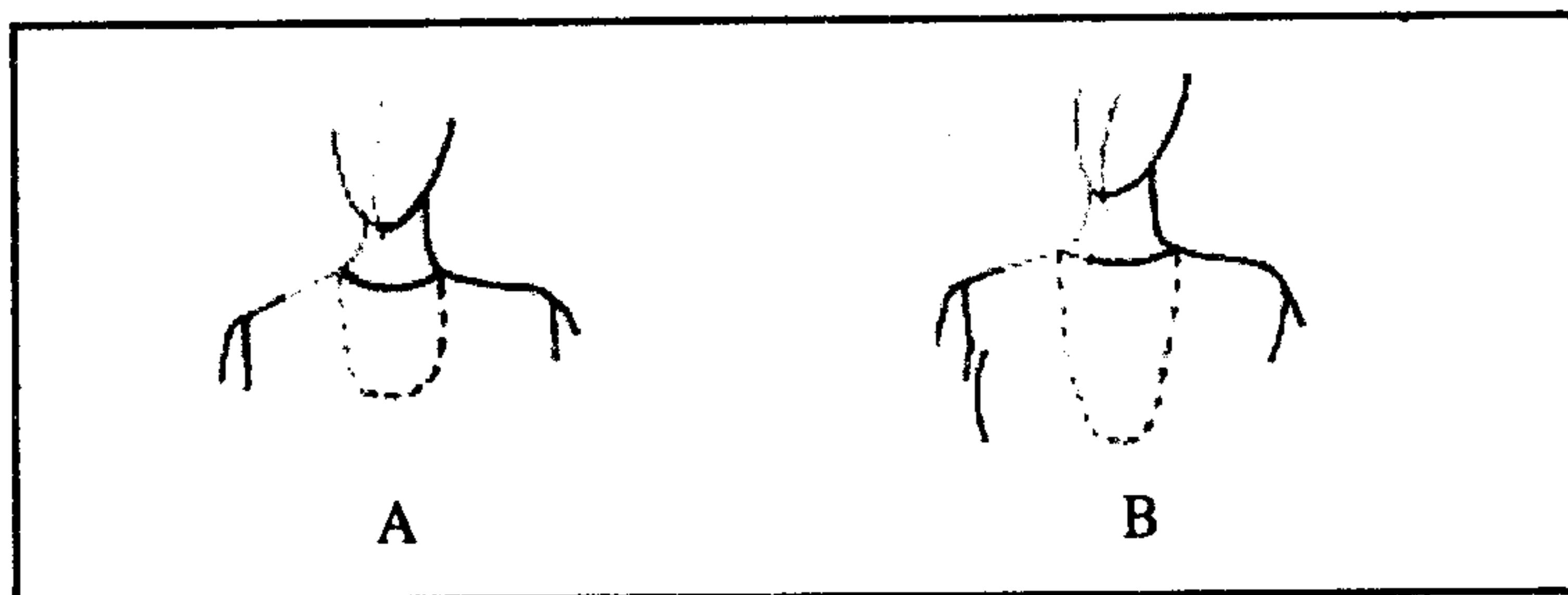
Bijuteriile trebuie să fie puține :

- singura pereche de cercei – cercei simpli, nu mai lungi decât linia bărbiei în dreptul urechii –, oricare ar fi moda sezonului (nu clipsuri, nu plastic, nu cercei gitani, nu cercei spanioli) ;
- maxim câte un inel pe fiecare mână ; fără brățări care zornăie și distrag atenția ;
- un colier discret la gât.

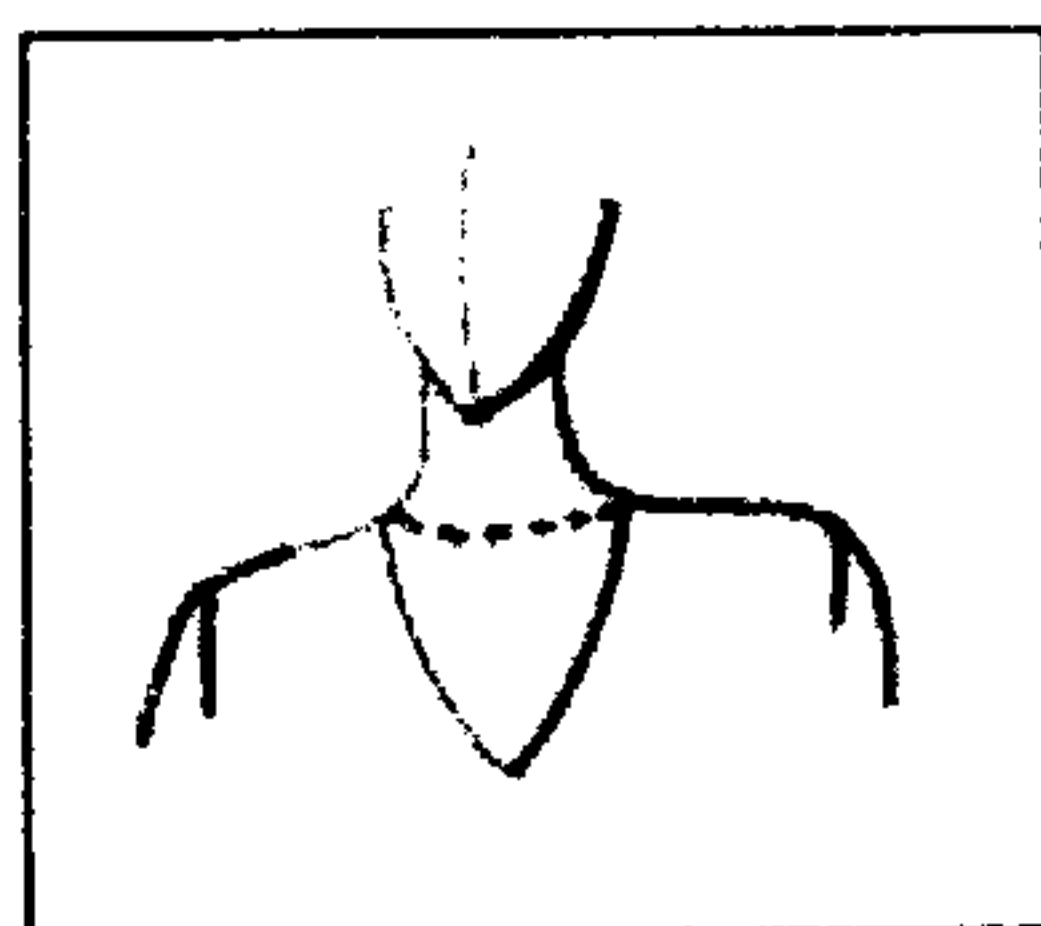
Bijuteriile trebuie să fie numai din materiale valoroase : din aur, perle sau pietre prețioase. (Diamantele sunt totuși prea prețioase pentru ținuta de zi.) Perlele – naturale, deși de cultură – sunt culmea rafinamentului pentru bijuteriile femeilor în ținuta *business*. Foarte important

este felul în care alegeți lungimea colierelor din perle. În desenele de mai jos colierele sunt reprezentate punctat.

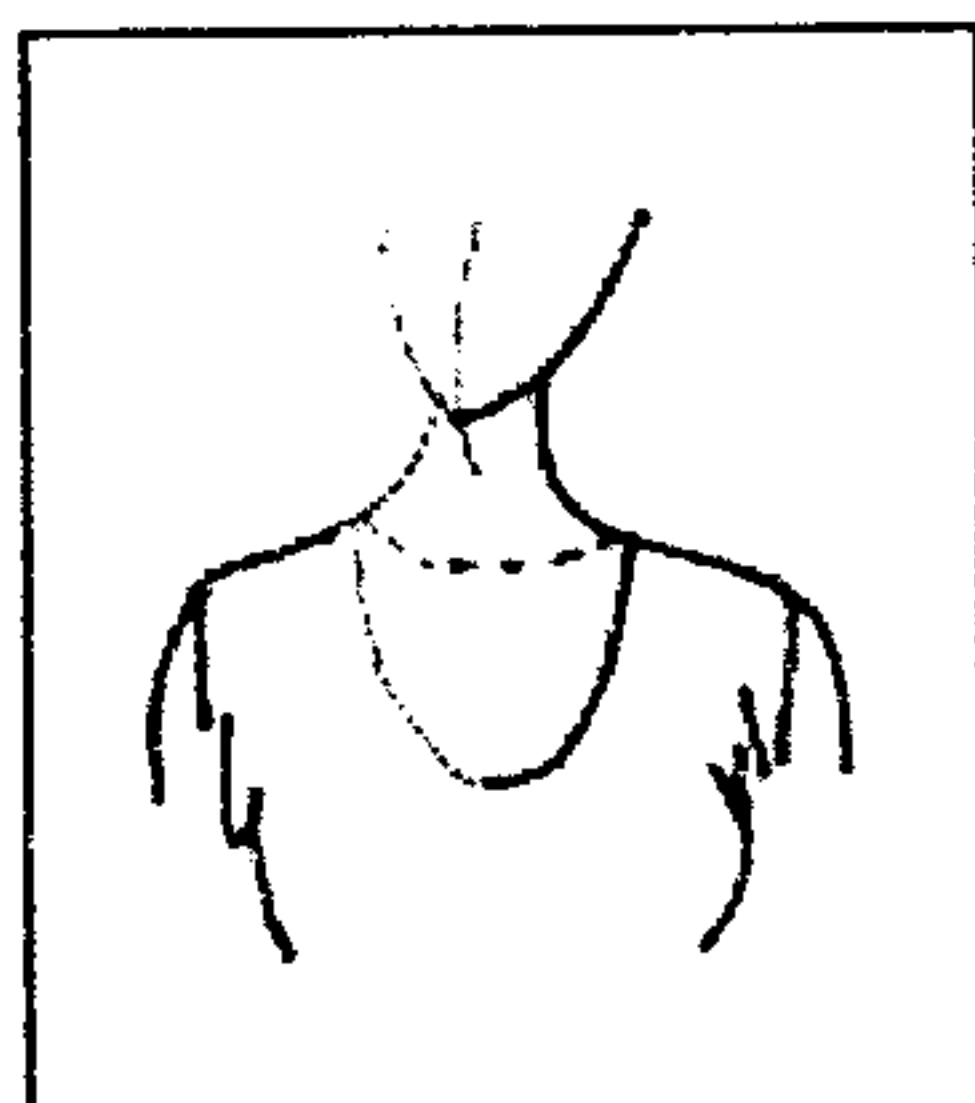
Pentru decolteul la baza gâtului, puteți alege două variante de lungime (A, B).



Coliere pentru decolteu rotund



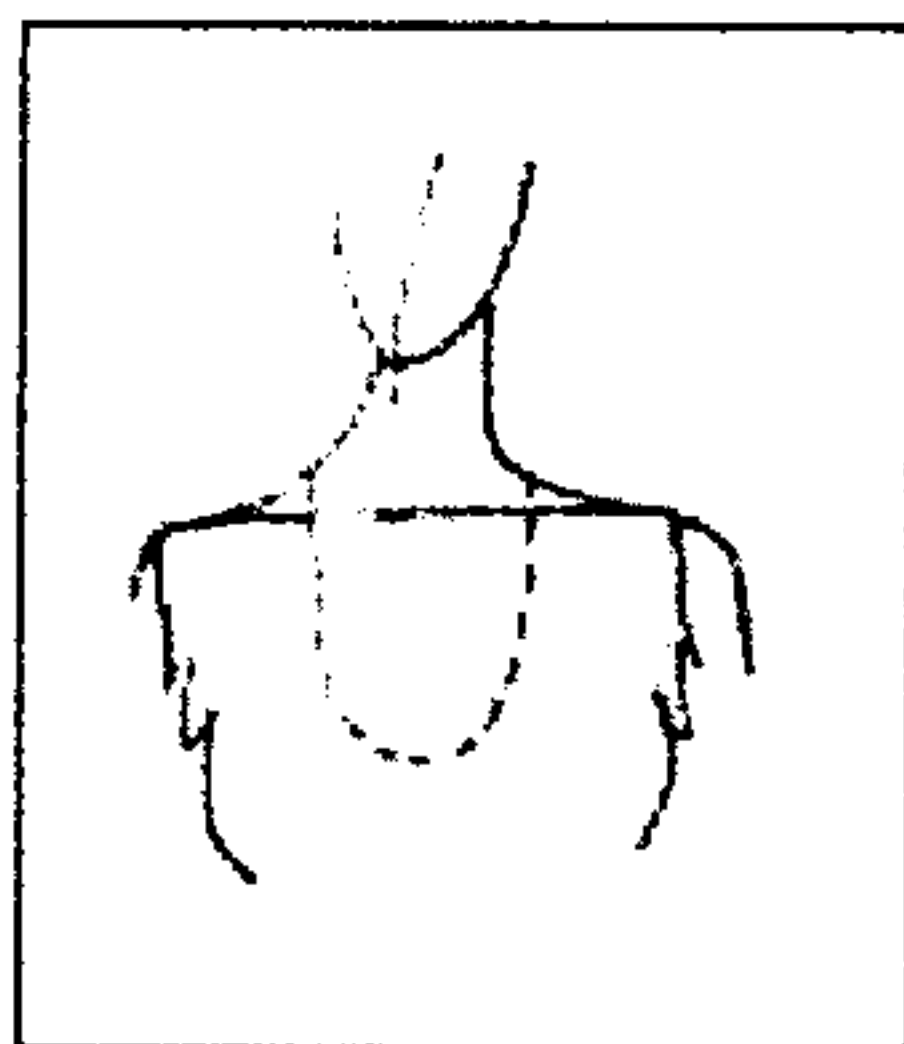
Colier pentru decolteu în V



Colier pentru decolteu decupat

Pentru decolteurile „decupate”, alegeți un colier exact la baza gâtului.

Pentru decolteul-barcă, lungimea colierului trebuie să fie de cel puțin 45-50 cm.



Colier pentru decolteu-barcă

Investiți în perle. Perlele de cultură nu sunt chiar atât de scumpe pe cât ați fi tentată să credeți.

Gândiți-vă că pe vremuri doar cei foarte bogați aveau acces la perle, iar ele constituiau unul dintre semnele de bunăstare. Chiar dacă le sunt acum accesibile multora, perlele încă poartă în ele ideea de rafinament și bunăstare, înrădăcinată de secole în conștientul colectiv.

Ceasul

Cu cât mai răspândit este obiceiul de a folosi mobilul pe post de ceas, cu atât mai impresionant va fi un ceas discret și valoros la încheietură mâinii dumneavoastră.

Eșarfa

Eșarfa are un rol practic – așa cum am mai arătat – atunci când ascunde vederii zona gâtului – altfel liberă. În același timp, unei ținute discrete o eșarfă poate să îi aducă plusul de personalitate dorit.

O eșarfă din mătase naturală trebuie să fie :

- în culori vii – dacă vreți vivacitate ;
- în culori pastelate – dacă doriți un plus de căldură.

Ea vă poate ajuta să vă exprimați exact starea pe care o doriți. Poate să mascheze sau să atragă atenția.

Se potrivește conformației mele?

O ținută elegantă ține cont de avantajele anatomiei dumneavoastră și ascunde defectele.

Înainte de a începe să vorbim despre ce se potrivește și ce nu unei anumite conformații, să vedem care sunt cele două mari categorii de conformații. Ceea ce urmează să vă spun este cea mai generală clasificare a tipurilor de conformații pentru femei. În final, cu puțină îngăduință, toate tipurile se pot încadra în una din aceste două categorii.

Privind o siluetă pe verticală, totul pleacă de la ideea de echilibru pe care v-o sugerează vestitul „90-60-90”. În final, acest lucru arată că circumferința bustului este similară circumferinței șoldurilor. Diferențele dintre ele sunt cele care ne arată ce poate fi purtat și ce nu, unde putem adăuga și ce trebuie să estompăm.

Scopul este să suplinim circumferința mai redusă și să încercăm să reducem impactul vizual al circumferinței supradimensionate.

Astfel :

- pentru un bust generos – vom încerca să suplinim coapsele cu accesorii ;
- pentru șolduri mari, se va completa zona superioară a bustului cu accesorii care să echilibreze dimensiunea.

Culorile au și ele o însemnătate majoră în acest echilibru vizual.

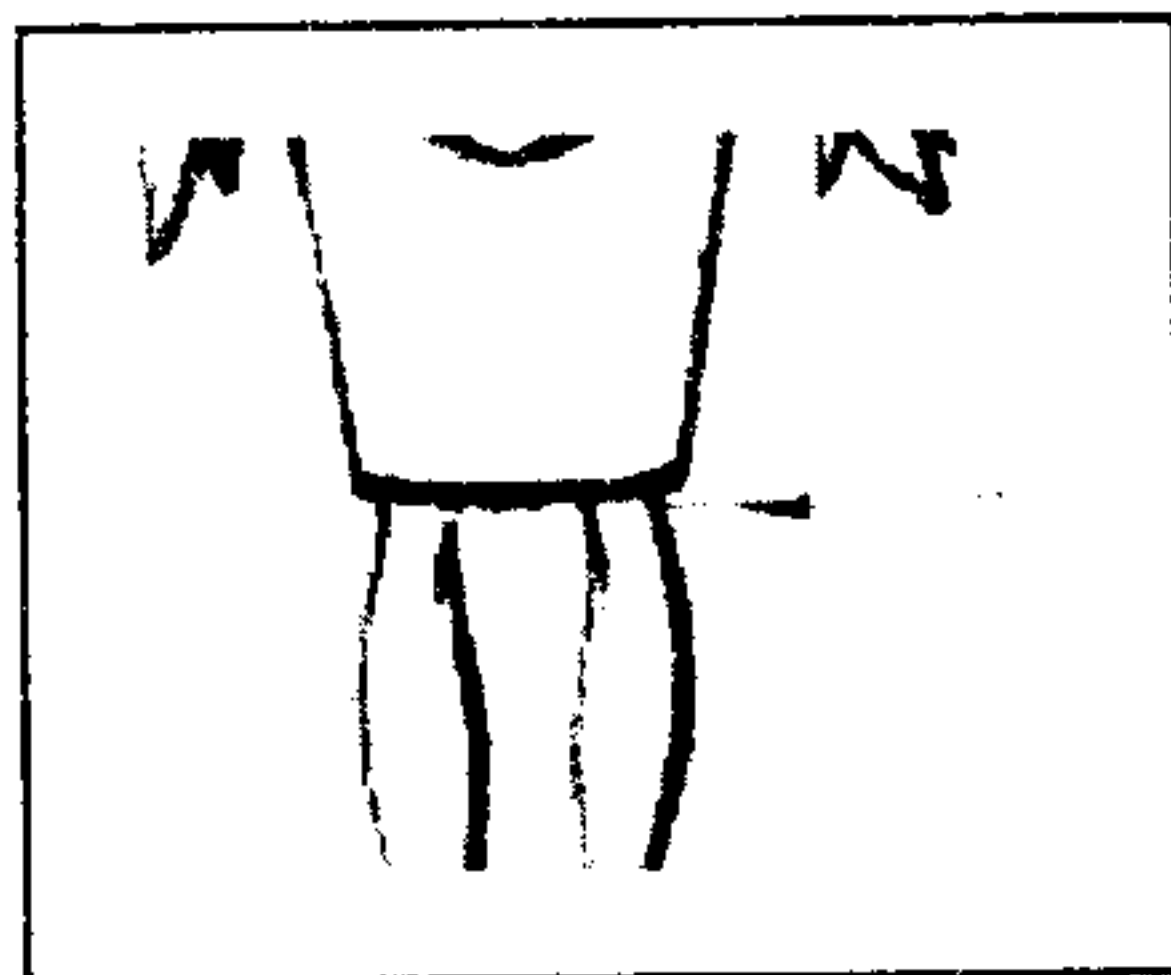
Iată cele două mari categorii de conformații : pară și măr (denumirea este în strânsă legătură cu aspectul vizual al siluetei). *Conformația de tip pară* depozitează grăsimea sub linia taliei, pe șolduri, coapse, fese. Trunchiul este relativ suplu comparativ cu partea inferioară, umerii și bustul par mai înguste decât șoldurile. Linia taliei este bine delimitată. Pentru a încerca delimitarea celor două tipuri de conformații se propune folosirea formulei următoare :

$$\frac{\text{circumferința taliei}}{\text{circumferința șoldurilor}}$$

În cazul în care rezultatul este mai mic sau egal cu 0,8, aveți conformație de tip pară.

Recomandările pentru conformația de tip pară :

- sacourile nu trebuie să se termine niciodată în talie, ci să continue cel puțin 18 cm sub această linie. Astfel, se face trecerea neîntreruptă spre zona mai dezvoltată a șoldurilor, fără a le expune vederii ;
- puteți purta sacouri cu revere pline, la un rând sau la două rânduri de nasturi. Buzunarele pot avea clape ;
- pernițele nu sunt interzise – dacă nu sunt demodate ;
- purtați fuste care subliniază talia. Vor fi fără pense sau cu pense foarte mici ;
- forma recomandată a fustei o puteți vedea în imagine, ajustată pe linia picioarelor. Lungimea ei poate fi cu 1 cm deasupra genunchiului până la jumătatea genunchiului ;



Lungimea fustei pentru conformația de tip pară

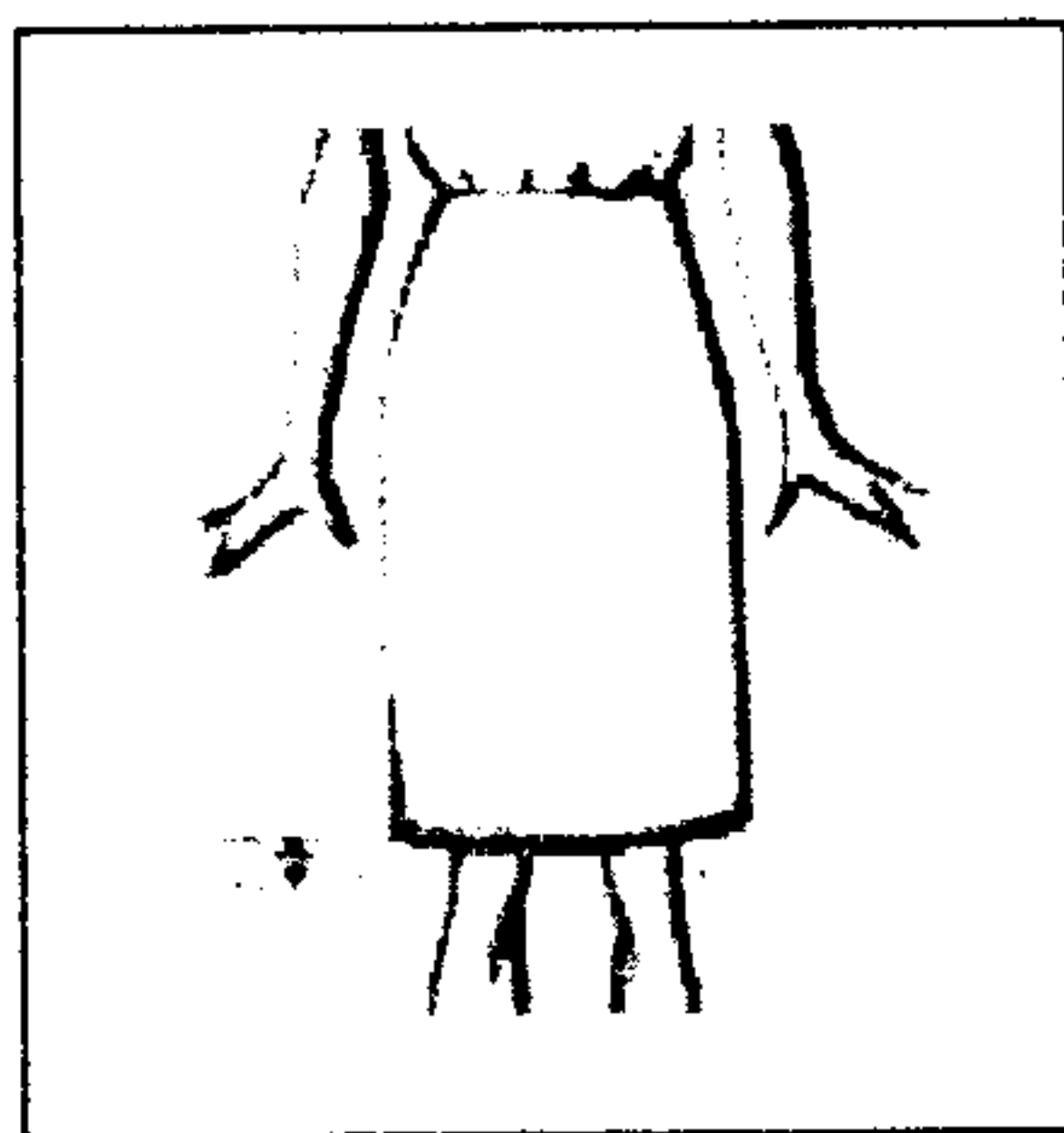
- în variantele *casual*, evitați ansamblurile cu culori deschise în partea inferioară. Recomand culorile închise care absorb lumina ;
- bluzele vor fi croite pe corp, nu largi și trebuie să se termine deasupra taliei, nu mai jos de această linie ;
- se poate purta, evident, curea, care trebuie să fie în culoarea pantofilor, pentru a genera impresia de unitate ;
- accesoriiile – bijuterii și eșarfe – atrag privirea spre trunchi și față, departe de umeri și coapse.

Dacă rezultatul formulei prezentate anterior este mai mare de 0,8, atunci aveți o *conformație de tip măr*. Acest tip de conformație descrie femeile cu trunchiul lat (piept plin, talie și spate late). Grăsimea este depozitată pe zona de mijloc (stomac, abdomen, piept). Coapsele sunt relativ suple. Înfățișarea este plină, cu bustul mai larg decât umerii, abdomenul e proeminent. Recomandări :

- alegeți sacourile lungi care acoperă zona umerilor ;
- sacourile nu trebuie să aibă pense, iar pernțele să fie reduse ca mărime sau se evită ;
- sunt bine-venite sacourile cu decolteu în V, fără rever, la un rând de nasturi ;
- evitați sacourile la două rânduri, care aduc un plus nedorit de material. Evitați toate detaliile care supradimensionează zona de mijloc : buzunare,

clape, nasturi lucioși sau prea mari. Buzunarele recomandate sunt cele cu refileți ;

- evitați hainele croite foarte strâns pe corp, dar și pe cele excesiv de largi, ca un sac ;
- fustele trebuie să fie drepte sau format A, cu lungimea de 1 cm deasupra genunchiului ;



Lungimea fustei pentru conformația de tip măr

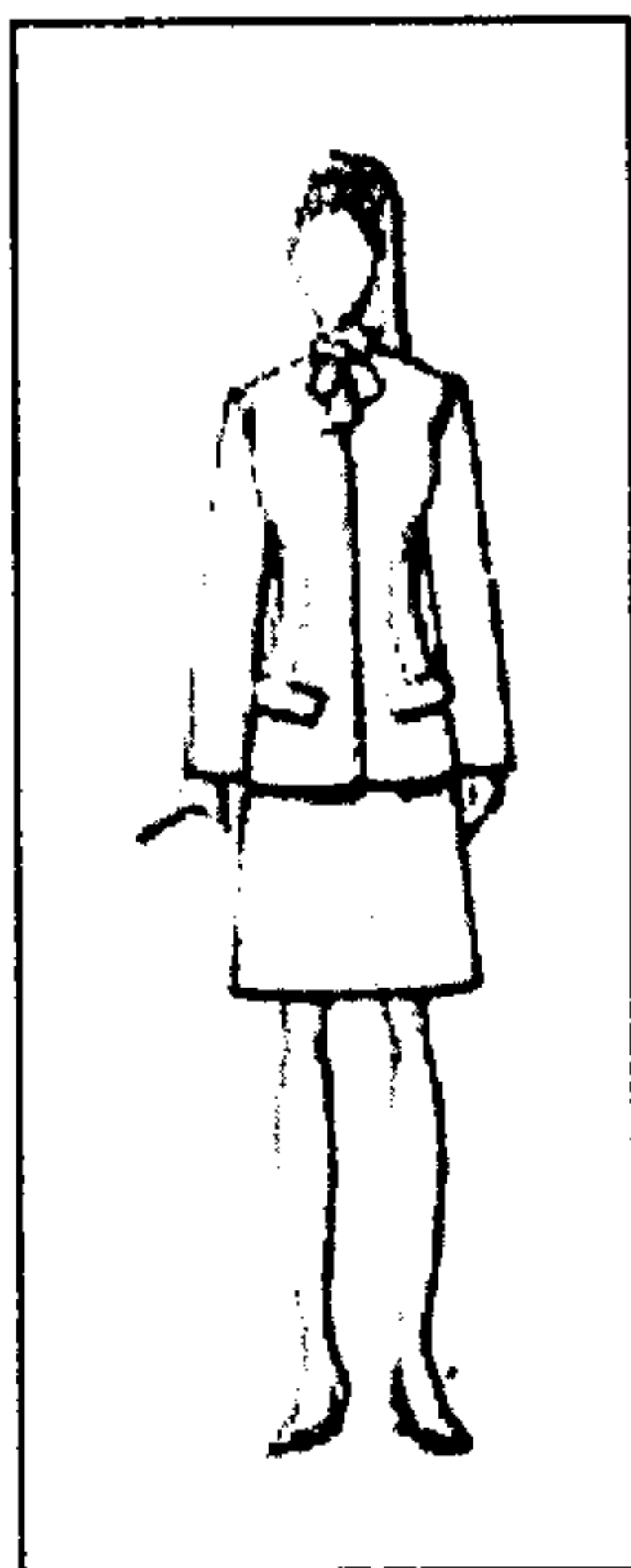
- nu evidențiați talia folosind curele ;
- în variantele *casual*, păstrați aceeași culoare de sus până jos. Evitați culorile contrastante. Ansamblurile monocromatice dau impresia de înălțime, de fluid și îndepărtează atenția din zona taliei ;
- modelele exagerate ale bluzelor și culorile îndrăznețe atrag atenția asupra trunchiului în mod nedorit. Același efect îl au și materialele lucioase sau prea groase. Iar materialele stretch sunt interzise cu desăvârșire pentru trunchi ;

- evitați cămășile cu nasturi pe față și încercați modelele de bluze închise la spate cu un nasture care au linia răscroielii gulerului în jurul gâtului sau formatul „barcă”. Toate acestea permit ca plusul de material să ascundă convenabil un bust prea generos ;
- dacă îmbrăcați un sacou cu revere, nu veți purta cămăși cu guler bărbătesc, ci una dintre variantele expuse mai sus ;



Decolteu pentru conformația de tip măr

- fustele de lungimea recomandată și ciorapii deschiși la culoare vă avantajează pentru că atrag atenția spre picioare.



Conformația de tip măr

Ați acceptat invitația la o petrecere?

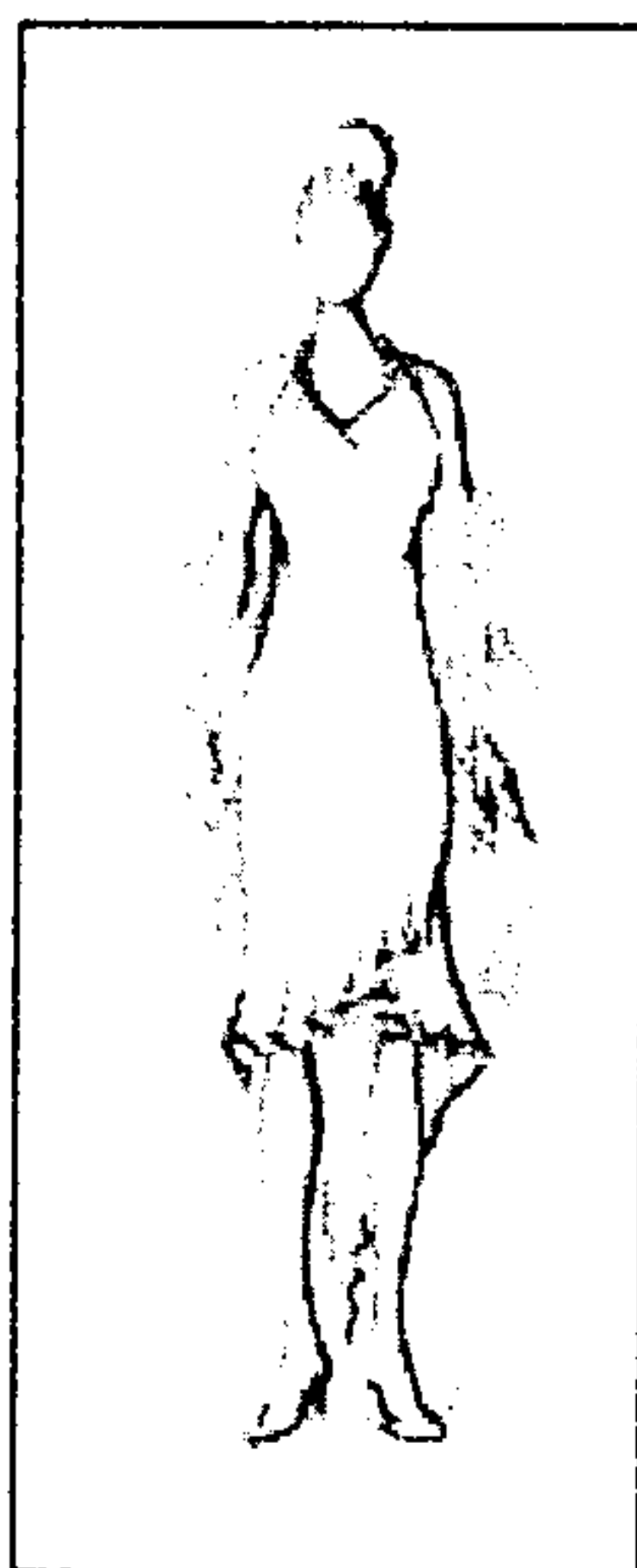
Mai devreme sau mai târziu, veți participa la întâlnirile informale de afaceri de după orele de muncă. Dacă sunteți o tânără dornică să își consolideze cariera, participarea la un cocktail este confirmarea faptului că sunteți acceptată în „lumea lor”.

Ca să vă îmbrăcați corect, nu trebuie să fiți nici mai elegantă, dar nici mai relaxat (a se citi neglijent) îmbrăcată comparativ cu ceilalți.

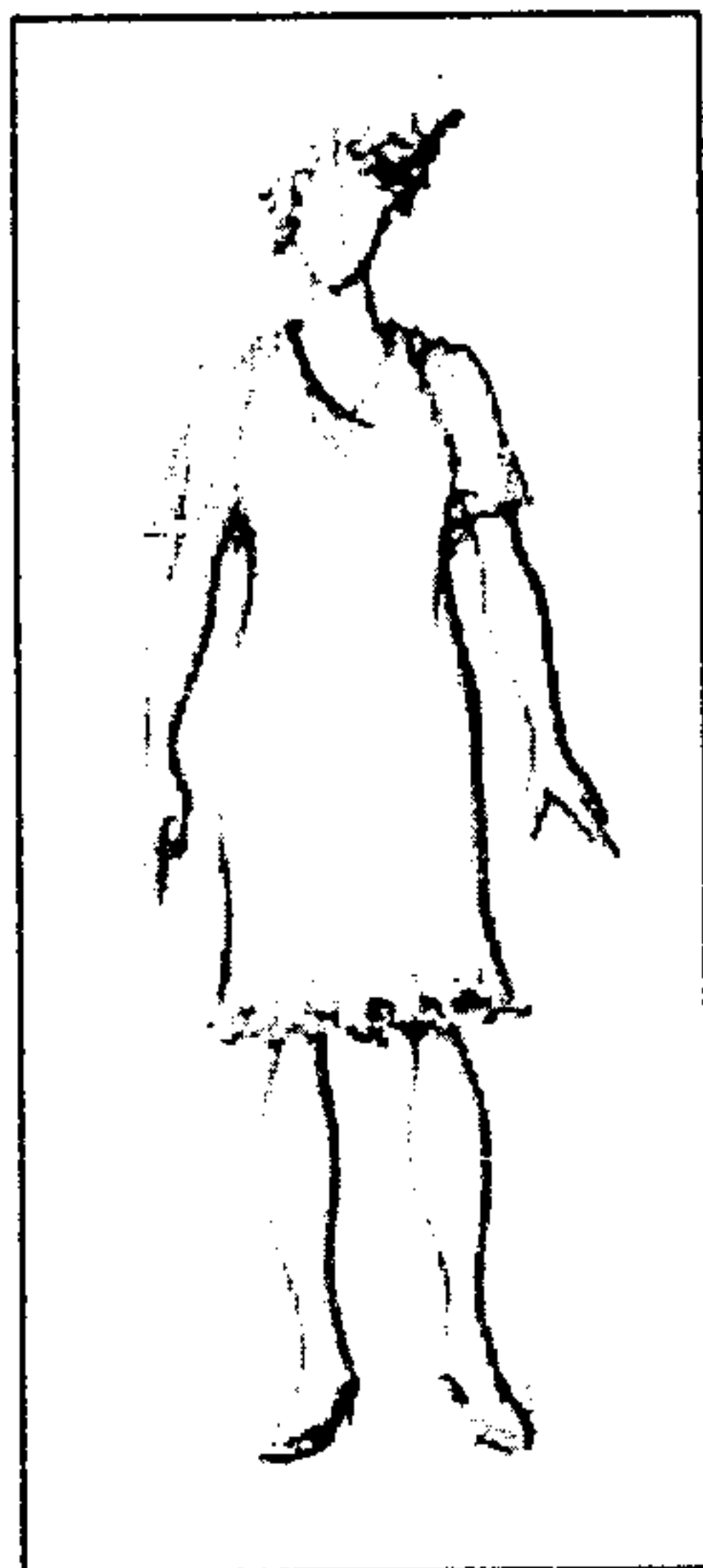
Ca să știți cum să vă îmbrăcați, aveți câteva posibilități la îndemână :

- să îl întrebați despre ținută pe cel care v-a invitat ;

- dacă nu mai aveți cum să întrebați, există următoarele „reguli” :
 - dacă invitația este făcută telefonic sau prin e-mail, se presupune că este o adunare cu tentă relaxată, comodă, *casual* – sunt acceptați pantalonii din stofă croiți pe măsura dumneavoastră, în combinație cu un compleu tricotat foarte fin și bijuterii mai puțin reținute decât ziua ;
 - dacă ați primit o invitație scrisă – dar nu este specificat „ținuta obligatorie”, adică rochie elegantă lungă –, atunci trebuie să fiți mai elegantă decât în cazul anterior.



Rochie scurtă de seară pentru conformația de tip măr



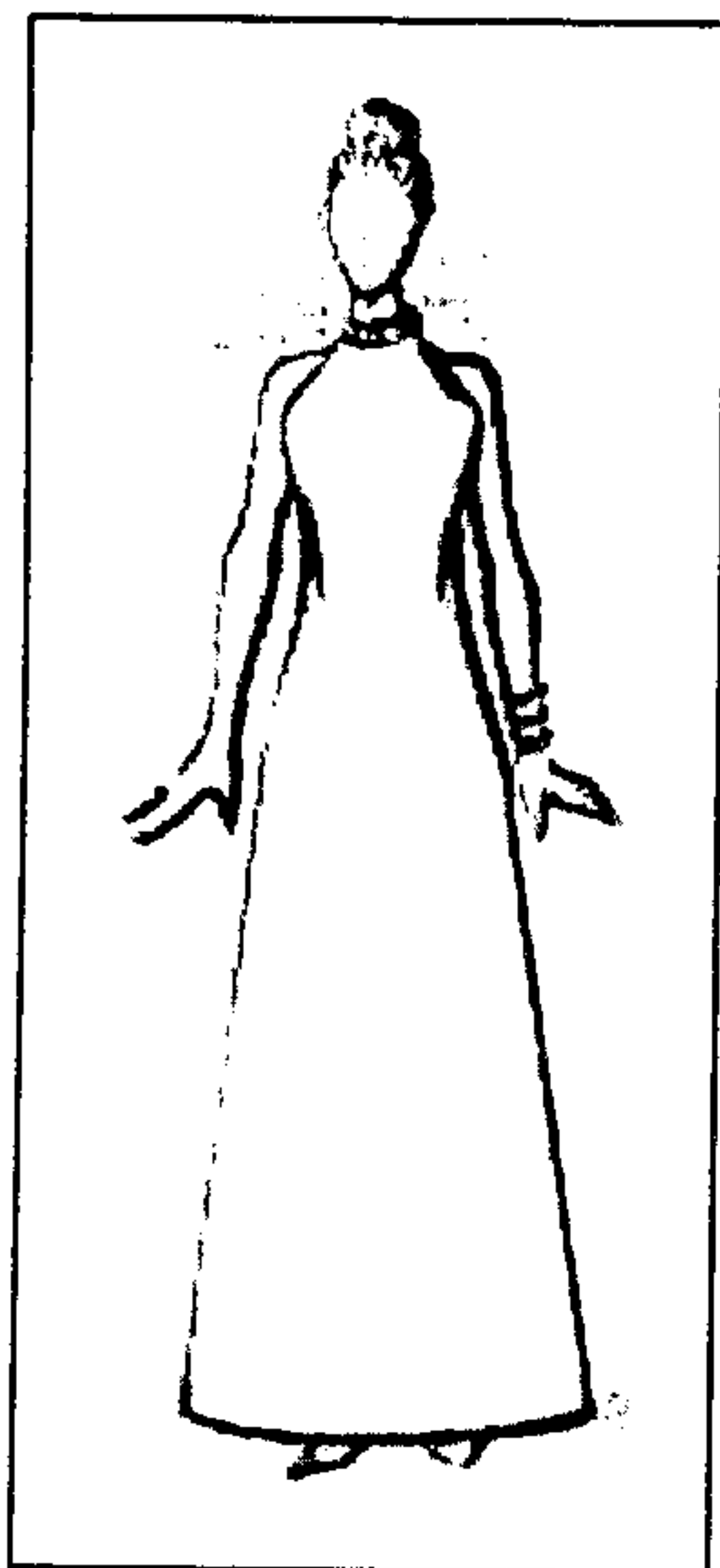
Rochie scurtă de seară pentru conformația de tip pară

În primul caz, veți alege o rochie sau un compleu bluză cu fustă din stofe prețioase. Lungimea poate varia de la mini până deasupra gleznei.

Cum am spus, rochiile lungi se folosesc numai la ocazii speciale – cum sunt dineurile.

În funcție de anotimp, materialele potrivite sunt :

- iarna, stofă din lână – gri, grenă, maro-închis, negru, bleumarin ;
- vara, materialele preferate sunt mătasea și tricoturile foarte fine, în culori pastelate și cu desene florale – dacă vă permite conformația ;
- sandale cu barete.



Rochie lungă de seară pentru conformația de tip măr



Rochie lungă de seară pentru conformația de tip pară

Rochia poate fi cu bretele ; peste ea purtați un șal rafinat sau un cardigan ușor. Toate acestea sunt însoțite de bijuterii din aur – brățări, cercei lungi, pantofi lucioși, poșetuțe delicate, coafuri interesante. Orice alegeți, important este să vă simțiți confortabil. Deși ținuta este mult mai feminină, *nu* aveți voie să vă relaxați atenția față de propriile gesturi și manifestări nonsexuale. Un decolteu prea adânc sau un șliț al fustei urcat prea sus pe picior vă face să păreți ciudat de degajată comparativ cu imaginea pe care o știu partenerii. Participarea dumneavoastră la cocktail nu are decât rolul de a vă face să legați relații mai detensionate, nu să vă arătați o altă față. Mare atenție la acest gen de petreceri profesionale ! Cocktailul nu este totuna cu discoteca.

Scopul dumneavoastră vestimentar rămâne în continuare de a părea elegantă, discretă, distinctă. Insist foarte mult asupra acestui lucru deoarece este de ajuns o singură petrecere în care exagerați cu „descoperirea” (ca antonim al „acoperirii”) pentru că a doua zi să aveți un partener de afaceri mult mai reticent. Acest lucru nu trebuie să vă sperie, ci doar să vă pună în gardă.

În cazul când dumneavoastră însoțiți sau sunteți însoțită de un domn la o petrecere, trebuie să vă interesați *întotdeauna* care este ținuta cerută. Dacă domnul poartă smoching, dumneavoastră trebuie să purtați o rochie de gală, lungă și bijuterii valoroase. Dacă domnul îmbracă un costum de afaceri sobru, dumneavoastră puteți purta o

rochie sau un costum cu o croială savantă, din materiale prețioase – potrivite pentru seară. În cazul când sunteți însoțită, încercați să priviți detașat ansamblul format de dumneavoastră și însoțitor și căutați să fiți în echilibru unul cu altul și amândoi cu ocazia în care vă aflați.

Proba

Este inutil să îi spui unei femei: „Probează înainte de a cumpăra”.

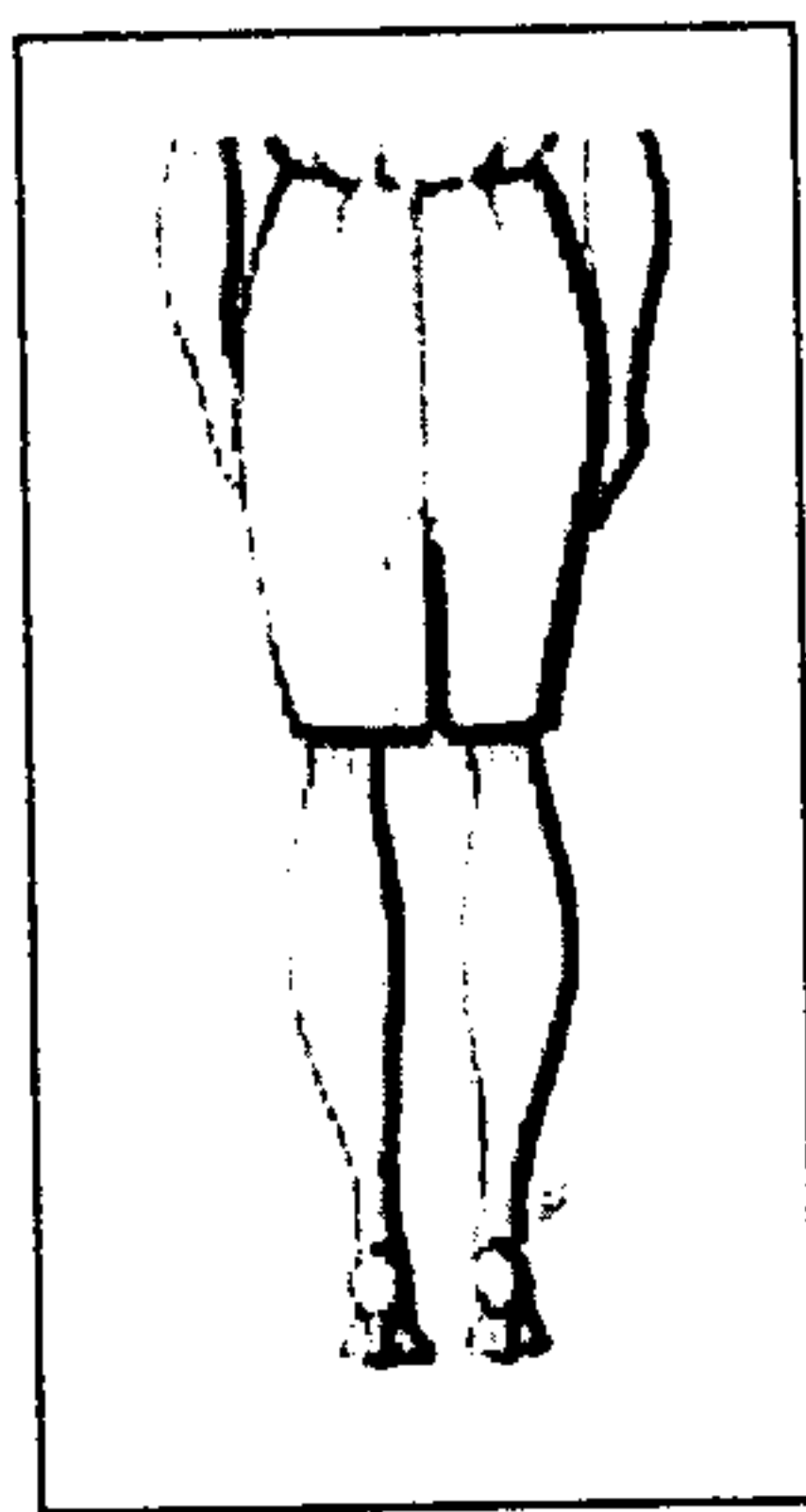
Pentru noi, probatul ține de instinct: nu cred că există femeie care să se poată abține de la probat. Adesea probăm chiar și atunci când nu avem de gând să cumpărăm...

Dorința de a proba o haină care ne-a atras atenția este atât de mare, atât de irezistibilă, încât singurul lucru despre care vrem să vorbim în acest capitol e să fiți atentă ce să controlați atunci când probați.

Să le luăm pe rând.

- *Costumul* – în primul rând, trebuie să fiți încălțată la probă cu pantofii pe care urmează să îi purtați. Așa veți putea aprecia corect echilibrul înfățișării dumneavoastră. Condițiile legate de calitatea execuției sunt următoarele:

- tivurile fustelor (și pantalonilor) trebuie să fie cusute invizibil, fără nici un tighel pe fața produsului. Tivurile tighelite arată călitatea scăzută a produsului. De asemenea, nu este permis ca rezerva tivului să fie imprimată pe fața produsului în vreun fel prin călcare ;
- cusăturile nu trebuie să fie crețe sau necălcate ;
- verificați funcționalitatea fermoarelor. Dacă se blochează înainte de prima folosire, este posibil să fie nevoie să le schimbați curând ;
- verificați cum trec nasturii prin butoniere la închidere. Am avut neplăcută experiență ca nasturii să fie mai mari decât butonierele ;
- șlițul fustei trebuie să fie discret, fără rezerve de material inutile. În momentul când stați dreaptă, șlițul trebuie să fie perfect închis, petrecut.



Șliț petrecut

- dacă nu acceptați articole vestimentare imprimate la călcat, nu acceptați nici haine șifonate. Un sacou cu un piept șifonat sau cu o mânecă montată greșit, cu pliuri sau cute cu greu va fi remediat după cumpărare ;
 - verificați etichetele de compoziție. Instrucțiunile de întreținere sunt vitale pentru conservarea în condiții bune a formei costumului dumneavoastră.
- *Bluzele* – când probați bluzele, fiți sigură că sunt îndeajuns de lejere peste bust, astfel încât asupra nasturilor să nu se exercite nici o presiune. Așezați-vă pe un scaun și verificați dacă bluza este lejeră în lărgime. Adesea vedeți bluze care tensionează nasturii și se zăresc porțiuni de piele în aceste zone ;
 - verificați simetria gulerului, suprapunând aripile gulerului. Un guler asimetric arată rău și, în plus, se va deforma diferit după câteva spălări ;
 - cusăturile trebuie să aibă o desime de patru-cinci pași pe cm. Cum puteți verifica acest lucru? Numărați patru pași și aproximați din ochi câți centimetri sunt. Mai puțini pași fac să se desfacă ușor cusătura, o desime mai mare face ca materialul să fie, practic, tăiat la cusătură. Având în vedere că bluzele se spală foarte des, este evident de ce avem nevoie să verificăm aspectul cusăturilor ;

- dacă dintr-un produs atârnă capete de ață, părerea mea este că nu are rost să vă mai pierdeți timpul cu acel produs. Această neglijență este de neiertat.

Atunci când probați un produs, faceți un test: să-l numim testul invidiei. Cum se face? Priviți-vă ca și cum nu dumneavoastră ați fi în oglindă, ci altcineva: ați invidia-o pe persoana respectivă pentru bunul-gust sau ați spune: „Vai, săraca, habar n-are care-s regulile...”? Mai departe procedați în funcție de reacția dumneavoastră.

Calitate înseamnă valoare

Calitatea are o dublă semnificație: pe de o parte, avem calitatea execuției, acel aspect ce ține de felul în care producătorul înțelege să vă respecte de dumneavoastră, cumpărătorul. A doua dimensiune a calității ține de felul în care dumneavoastră înșivă vă respectați.

Să vorbim acum despre calitatea execuției. Vă sfătuiesc să deschideți ochii bine atunci când faceți cumpărături... Ar fi păcat să descoperiți ceva nepotrivit la produsul cumpărat imediat *după* ce ați plătit prețul!

În funcție de tipul produsului vestimentar – bluze/cămăși/sacouri sau pantaloni/fuste –, testul calității

execuției se începe de sus. Primele lucruri pe care trebuie să le verificați sunt :

- *cusăturile* – orice cusătură încrețită, care arată ca marginea unei pungi de plastic lipită prost, va striga : „Nu mă cumpăra pe mine ! ”. Priviți cu un ochi critic zona gulerului, reverele, mâneca sau zona taliei la pantaloni/fuste – felul în care sunt montate fermoarele, găicile. Întotdeauna trebuie să urmăriți ca betelia să aibă ținută, să nu fie moale ca o cârpă. Ținuta acestei zone asigură aspectul final al produsului îmbrăcat ;
- *finisajul* – aspectul după călcat al produsului. Nu acceptați produse care sunt expuse șifonate. Dacă pentru dumneavoastră este o regulă obligatorie să aveți mereu hainele în ordine, călcate și în cea mai bună formă, nu există nici un motiv să mai pierdeți timp prețios în fața unor astfel de produse : șifonate, expuse neglijent, fără nici un respect pentru dumneavoastră – clientul. Nu acceptați produse care sunt atât de călcate încât dobândesc luciu sau chiar sunt arse pe zone mici. Acest defect vine dintr-o gravă eroare a producătorului, care nu a reglat corect aparatele de finisat ca presiune și temperatură, astfel încât să realizeze un aspect final corect. Produsele se vor deteriora iremediabil la

prima spălare ! Refuzați să plătiți dumneavoastră pentru neglijența producătorului ;

- *defectele de țesătură* – ceea ce pentru dumneavoastră este un defect major (diferența de nuanță pe suprafața pieptului unui sacou, o ruptură în țesătură sau în desenul țesăturii) pentru unii reprezintă doar motive de *discount*. Orice *discount* ați obține, pierdeți totul din perspectiva celei de-a doua dimensiuni a calității – valoarea ;
- *simetriile* – verificarea simetriilor începe, așa cum ați bănuț, de sus. Astfel, reverele sacoului trebuie să fie egale ca lățime ; aripile gulerului cămășii dispuse simetric ; buzunarele la aceeași înălțime față de tiv. Dacă materialele sunt în dungă, atunci se respectă simetria față de verticală ; pentru carouri, dungile și desenele trebuie să se potrivească atât vertical, cât și pe orizontală. Nivelul calității execuției este motivația care contează cel puțin 30% în decizia de a plăti sau nu.

A doua componentă importantă este calitatea ca valoare. Dacă produsul vestimentar ales se potrivește cu dorințele, aspirațiile noastre, atunci acel produs are calitate/valoare pentru noi. În cazul în care nu se încadrează nicăieri, acel produs nu contează pentru noi, oricât de valoros ar fi pentru altcineva din jurul nostru.

Scopul educației nu este cunoașterea faptelor, ci a valorilor.
(Dean William Inge)

Degeaba încearcă un vânzător să ne vândă produsul X încercând să ne convingă că este excepțional realizat, atâta vreme cât acel produs nu intră în sfera noastră de interes. Dacă vreodată aveți îndoieli și vă întrebați: „Oare este valoros ce mi se oferă?”, atunci probabil că nu este. Ca să aflați dacă un produs este valoros pentru dumneavoastră, nu cereți sfatul altcuiva, întrebați-vă doar pe dumneavoastră înșivă. Dacă ezitați să spuneți „Da, îmi place, da, simt că este exact ce îmi trebuie”, atunci nu vă mai pierdeți timpul – acel produs *nu* este pentru dumneavoastră !

Bonus: secretul unicității dumneavoastră vestimentare

Doamnelor și Domnilor, în aceste momente care precedă încheierea cărții, revin la promisiunea făcută în deschiderea ei. V-am spus atunci că respectarea regulilor vestimentare vă ajută să vă exprimați. Pentru că toți suntem nebuni după formule, vă voi prezenta acest secret ca o formulă. Aplicați-o și aveți drum liber către unicitatea dumneavoastră vestimentară, către stilul personal. Nu aceasta *este* ceea ce ne dorim cu toții ?

Doamnelor, Domnilor, formula de obținere a stilului personal în vestimentația de afaceri este :

Stil vestimentar propriu = hotărâți-vă ce vreți să spuneți + alegeți o variantă vestimentară în funcție de aceasta + judecați ceea ce vedeți în oglindă

Să nu hotărâți niciodată înainte de a vă vedea cum arătați într-o anumită combinație vestimentară. Dacă o haină arată bine pe altcineva nu este o garanție că va avea același efect pe dumneavoastră și viceversa. Dacă nu ați nimerit perfect din prima încercare o combinație, nu vă descurajați spunându-vă: „Nu mă pricep, renunț”.

Singura adevărată greșeală este aceea din care nu învățăm nimic. (John Powell)

Scopul cărții de față este să vă facă să vă simțiți mai sigur în alegerile dumneavoastră.

Ca să își atingă scopul, este nevoie ca dumneavoastră să participați. Activ.

Urmați cei cinci pași din testul Excelsior VP, rețineți cele patru reguli vestimentare și îndrăzniți să experimentați. Nu vă gândiți dacă ați făcut greșeli în trecut.

Începând cu această zi, veți alege să îmbrăcați ceea ce doriți, nu ceea ce se găsește disponibil în garderobă sau prin magazine. Începeți cu pași mici, în fiecare lună lucrați la un aspect al garderobei. Dacă încercați să vă refaceți întreaga imagine vestimentară dintr-o dată, veți stârni confuzie nu numai în mintea dumneavoastră, ci și în capul celorlalți – care pot interpreta schimbarea bruscă drept un dezechilibru (veți înțelege dacă vi s-a spus, măcar o dată, ironic: „Ce s-a întâmplat? Azi a căzut șifonierul pe tine?”). Faceți schimbările treptat, astfel încât noua dumneavoastră imagine să se consolideze ușor

și pentru totdeauna. Vă propun să vă faceți un plan de îmbunătățire a vestimentației pe durata a cel puțin șase luni. În această perioadă vă puteți supraveghea și susține financiar investițiile în haine. Iar principiul de bază al acestui plan ar putea fi următorul :

schimbări mici – rezultate mari

Schimbarea sau îmbunătățirea stilului vestimentar presupune, în primul rând, o modificare a imaginii dumneavoastră interioare. Acest proces cere timp.

Aveți nevoie să fiți îngăduitori cu dumneavoastră înșivă – nu întotdeauna veți găsi „din prima” cea mai bună soluție vestimentară. Dar fiecare soluție este un pas către descoperirea uneia mai bune.

Aveți nevoie de răbdare ca să vă acomodați dumneavoastră înșivă, în primul rând, cu noua imagine despre sine. Acordați-vă timp.

În plus, această perioadă de timp vă poate asigura o anumită lejeritate financiară. Vestimentația *business* nu este ieftină.

Calitatea presupune un efort financiar. Ca orice lucru bun, calitatea cere ceva în schimb. Marea calitate nu vine niciodată gratis. Îngăduindu-vă o anumită perioadă pentru planul de schimbare vestimentară, veți putea achiziționa în liniște haine pentru două sezoane, fără să vă aflați sub presiunea ofertelor limitate ale unui moment

oarecare al anului. Nu vă bazați pe faptul că magazinele – fie ele din România sau din străinătate – sunt aprovizionate în permanență cu ceea ce doriți și aveți *dumneavoastră* nevoie în acel moment! De azi înainte, veți merge la cumpărături așa cum vă duceți la sala de fitness – cu un scop clar în minte, cu câteva ore bune alocate pentru o „ședință” și cu multă perseverență: n-ați găsit azi ce doreați... găsiți data viitoare!

Ce obțineți? Nimic mai mult decât un sentiment: de acceptare și mulțumire de sine. Dar nu merită dobândirea acestui sentiment tot efortul?

Viața înseamnă schimbare. Creșterea este opțională. Alegeți cu înțelepciune. (Karen Kaiser Clark)

Bibliografie

Cialdini, Robert, *Psihologia persuasiunii*, Editura Business Tech, București, 2004.

Flusser, Alan, *Clothes and the man : Principles of fine man's dress*, ebook, 1985.

Goleman, Daniel, *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche, București, 2001.

Mazilu, Dan Horia, *Voievodul dincolo de sala tronului*, Editura Polirom, Iași, 2003.

Mihăilescu, Ștefania, *Din istoria feminismului românesc. Antologie de texte (1838-1929)*, Editura Polirom, Iași, 2002.

Citate preluate de pe siturile :

www.brainyquote.com

www.quotationspage.com

www.worldofquotes.com

www.yuni.com

Anexă

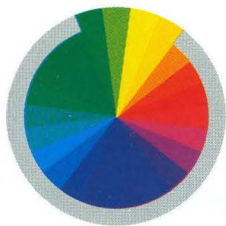
Reguli de asortare a culorilor

Asortarea culorilor se referă la armonia pe care o percepe privitorul. Putem judeca dacă două sau trei culori sunt asortate corect ținând cont de senzația de echilibru pe care ne-o dă ansamblul respectiv.



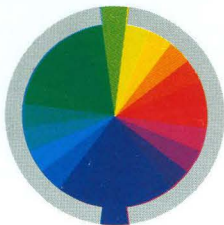
Rețineți : în vestimentația profesioniștilor, tot ce depășește numărul trei este excesiv.

| Monocrom | Contrast |
|--|---|
| Pentru o linie coloristică monocromatică, puteți evita monotonia alegând două piese vestimentare în culori foarte apropiate pe cercul de culori. Această regulă se aplică în special în ținuta pentru femei. | În cazul liniei coloristice contrast, puteți folosi varianta culorilor complementare. Se înțelege că albastrul se asortează cu o nuanță de galben diametral opusă. Efectul este dramatic și atrage puternic atenția. Se folosește tot în vestimentația pentru |



femei, acolo unde se cere contrastul puternic.

Bărbații pot folosi contrastul apelând la o culoare rece pentru costum și una caldă pentru accesorii – cămașă, cravată.

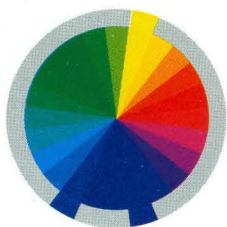


Complement

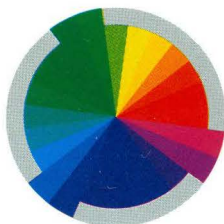
În varianta culorilor complementare, asortarea presupune folosirea a două nuanțe egal depărtate față de culoarea diametral opusă. Această variantă este foarte eficientă în alegerea culorilor pentru ansamblurile bărbătești costum-cămașă-cravată.

Trei la 120

Varianta asortării a trei culori pe principiul distanței de 120 grade între culori este una echilibrată numai atâta timp cât nuanțele culorilor respectă cu exactitate principiul. Cel mai bine funcționează atunci când una dintre culori reprezintă un accesoriu de suprafață redusă, de exemplu : costum *navy*, bluză galbenă și eșarfă roșie pentru femei sau, în variantele vestimentației



bărbătești, costum *navy*, cămașă galbenă, cravată roșie. Sunt foarte percutante vizual aceste combinații.



www.polirom.ro

Redactor : Ioana Alupoaie

Coperta : Angela Rotaru-Serbenco

Bun de tipar : iulie 2005. Apărut : 2005

**Editura Polirom, B-dul Carol I nr. 4 • P.O. Box 266
700506, Iași, Tel. & Fax : (0232) 21.41.00 ; (0232) 21.41.11 ;
(0232) 21.74.40 (difuzare) ; E-mail : office@polirom.ro**

**București, B-dul I.C. Brătianu nr. 6, et. 7, ap. 33,
O.P. 37 • P.O. Box 1-728, 030174**

Tel. : (021) 313.89.78 ; E-mail : office.bucuresti@polirom.ro

**Tiparul executat la S.C. LUMINA TIPO s.r.l.
str. Luigi Galvani nr. 20 bis, sect. 2, București
Tel./Fax : (021) 211.32.60, (021) 212.29.27,
E-mail : office@luminatipo.com**

Mioara Dragostin

GHID PRACTIC DE VESTIMENTAȚIE PENTRU PROFESIONIȘTI

Care este primul pas către o carieră de succes? Știm cu toții că succesul nu este o întâmplare, nu „vine” peste noapte. Dacă sunteți un profesionist – femeie sau bărbat – care își construiește o carieră, nu lăsați nimic la discreția norocului. Imaginați-vă succesul ca pe o scară cu multe trepte. Priceperea unui profesionist de a-și alege ținuta vestimentară potrivită este o treaptă pe această scară, poate chiar prima. Ghidul, bogat ilustrat, vă ajută să vă găsiți propriile soluții prin care să vă exprimați personalitatea în cadrul clasic-conservator al vestimentației pentru profesioniști.

- De ce vă folosește un stil vestimentar propriu
- În ce situații este necesară adoptarea unei ținute profesioniste
- Lungul drum al hainelor către vestimentație. De la necesitate la simbol
- Vestimentația pentru profesioniști – povară sau aliat?
- Avantajul primei impresii
- Secretul învingătorilor
- Secretul unicității dumneavoastră vestimentare
- Reguli de asortare a culorilor

Editura POLIROM

ISBN 973-46-0046-X



9 789734 600465

www.polirom.ro

185.000

Mioara Dragostin

GHID PRACTIC DE VESTIMENTAȚIE PENTRU PROFESIONIȘTI

Care este primul pas către o carieră de succes? Știm cu toții că succesul nu este o întâmplare, nu „vine” peste noapte. Dacă sunteți un profesionist – femeie sau bărbat – care își construiește o carieră, nu lăsați nimic la discreția norocului. Imaginați-vă succesul ca pe o scară cu multe trepte. Priceperea unui profesionist de a-și alege ținuta vestimentară potrivită este o treaptă pe această scară, poate chiar prima. Ghidul, bogat ilustrat, vă ajută să vă găsiți propriile soluții prin care să vă exprimați personalitatea în cadrul clasic-conservator al vestimentației pentru profesioniști.

- De ce vă folosește un stil vestimentar propriu
- În ce situații este necesară adoptarea unei ținute profesionale
- Lungul drum al hainelor către vestimentație. De la necesitate la simbol
- Vestimentația pentru profesioniști – povară sau aliat?
- Avantajul primei impresii
- Secretul învingătorilor
- Secretul unicității dumneavoastră vestimentare
- Reguli de asortare a culorilor

Editura POLIROM

ISBN 973-46-0046-X



www.polirom.ro

185.000

Mioara Dragostin GHID PRACTIC DE VESTIMENTAȚIE PENTRU PROFESIONIȘTI POLIROM

Mioara Dragostin

Ghid practic de VESTIMENTAȚIE pentru PROFESIONIȘTI

agenți de vânzări • manageri • oameni de afaceri



POLIROM